目 录

◎ 心理健康与职业成功

——南阳师范学院演讲 1

◎ 藏密的特点及思想精髓

——陕西师范大学演讲..49

◎ 来世生命及往生净土

——西北大学演讲 94

心理健康与职业成功

——南阳师范学院演讲

『 2011 年 11 月 3 日晚上 』

主持人致辞：

欢迎大家来参加我们本次的讲座！

南阳师范学院建校百年以来，秉承“博大、厚重、睿智”的办学风格和大学精神，吸引着大批的学生前来求学。在这里，我们收获了知识，成就了梦想。那么在我们成长的过程中，如何积极乐观地面对人生的挑战，确定自己生活的方向，过一种有意义的生活呢？今天我们有幸请到了藏传佛教大德索达吉堪布，来为我们作一场精彩的讲座。

下面先请我们教育科学学院包华教授致辞——

包华教授：可能有人上过我的课，但你们并不知道我是多么热爱我的学生。我曾经多少次设法帮助他们复习、考研、联系家教、参加竞赛等等，甚至包括他们找对象、谈恋爱。



但是我后来发现，我的这些帮助，只能给他们带来暂时的利益，只能照亮他们生活中很短的一段路程，不久之后，新的烦恼就会滚滚而来。所以，我经常生气地拷问自己的良心：我拿什么奉献给你们？我的孩子们啊！

有人说："送人黄金，不如送人点金棒。"我特别认同这句话。的的确确，有时候暂时的一些物质帮助，给我们带来的利益非常有限，也是微不足道的，真正能让我们终身受益的，是正确的人生目标和价值观，是良好的生活方式、生活习惯和优良的学习方法。

今晚我们有幸请到了伟大的上师索达吉堪布仁波切，他曾经用他的弘法利生，给无数人带来了解脱和安慰。今天晚上，他将以渊博的学识、高尚的人格，给我们带来佛法的利益，给我们带来终极关怀式的人生指导。希望大家得到真实的利益，祝福大家！

下面，让我们以热烈掌声有请索达吉堪布——

很感动包老师对学生们的关心，看来她的的确确很关心你们，包括方方面面！

这次我到了南阳，感觉很好。为什么呢？因为我还没有出家前就爱看《三国演义》，那时候非常崇拜诸葛亮的智慧。前段时间有人说南阳请我作讲座，本来我这次的行程比较忙，但后来看刚好是诸葛亮的故乡，以前也听过与他有关的很多精彩故事，于是就产生了一种兴趣。

同时，南阳跟我们佛教也有甚深的渊源。这一点，或许在座 80 后、90 后的同学不一定非常清楚，但汉传佛教中大名鼎鼎的"慧忠国师"，就曾驻锡于你们南阳。这个慧忠国师，小的时候很奇妙，跟谁都不说话，像哑巴一样。到了 16 岁，家里来了一位禅师，他远远望见就开始礼拜，并乞求双亲让他出家。出了家以后，他在六祖面前依止 11 年，最终明心见性，成为六祖门下"一花开五叶"的五大宗匠[1]之一。

之后，他来到南阳白崖山，在那里修行四十多年，道誉甚高。唐玄宗在位时，迎请他往京城长安应供。后来发生了"安史之乱"，慧忠禅师离开长安，隐遁山林。随后，唐肃宗又迎请他到长安，封为国师。

[1] 五大宗匠：慧忠、行思、怀让、神会、玄觉。

有一次，肃宗问他："您在六祖那里到底得了什么法？"他回答："陛下看见天空中一片云吗？用钉子钉着它、悬挂着它，就是我从六祖那儿得的法。"肃宗听不懂，又问了几个问题，禅师答了，他仍茫然不解，禅师就不理他了。肃宗面子上有点过不去，说："朕好歹也是大唐天子，您怎么连看都不看一眼？"禅师反问他："皇上知道有虚空吗？""知道啊。""那么虚空可曾眨眼看过陛下？"肃宗听后若有所悟。（这段话中有特别甚深的道理，不知在座同学对禅宗的了解如何。）

肃宗之后，唐代宗也召请慧忠禅师入宫传法，待以国师之礼。当时禅师极受尊崇，僧俗弟子超过万人。禅师圆寂之后，在南阳造了他的遗塔，后来康熙、雍正两代皇帝都修缮过。但可惜的是，"文化大革命"期间，也就是 1972 年被毁，如今已不复存在了。慧忠禅师，在历史上又称为"南阳国师"，但南阳的年轻一代，很多人对此一无所知，对如此有意义的禅宗渊源视而不见，这是相当遗憾的。

除了南阳国师以外，禅宗还有一位著名的大德，也出自你们南阳。这位大德，就是香严智闲禅师。他最开始依止百丈禅师，什么经论一学就会，总能讲得头头是道，但却没有明心见性。百丈禅师圆寂以后，他转投到师兄沩山灵佑门下，被沩山一句"父母生前，如何是你的本来面目"问得无言以

对，纵将平时看过的经论都搬出来，从头到尾仔细翻阅，也找不到能应对的答案。

他几次去找沩山，求他告诉自己，但都遭到了拒绝。沩山说："如果我给你说破，你以后会骂我的。我说的，终是我证的，跟你没有任何关系。"绝望之余，智闲挥泪告别沩山，发誓以后不再学禅，只是当个混饭的和尚。

后来，他来到南阳慧忠禅师的旧址——香严寺，觉得这个地方不错，决定住下来终老于此。一日，他在田中清除杂草，锄头碰到了一块瓦片。他捡起来随手一扔，瓦片击打在田边的竹子上，发出一声清脆的响声。击竹之声入耳，智闲一下子愣在那里，由此而大悟。他忙回屋沐浴焚香，遥遥地礼拜沩山，赞道："和尚大慈大悲，恩德超过父母。倘若你当日为我说破，岂会有今日之事？"

他还作了一个偈子："一击忘所知，更不假修持，动容扬古路，不堕悄然机。"意思是什么呢？听到瓦片击打竹子的声音，能取、所取当下忘得一干二净，从此不需要借助外相上的修行，行住坐卧都是佛菩萨的生活，不会再堕入名相里头了。之后，他就驻锡于香严，教化一方。

历史上，香严寺分为上寺、下寺两部分，二者相距约 15 公里。不过，下寺在 20 世纪 60 年代末，因南水北调而被淹没，高达十几层的两座唐代琉璃塔，也在水库淹没时全部炸毁，目前仅有上寺尚存。

以前我听到香严禅师的故事时，心里非常向往，觉得听一个声音就开悟了，这多让人羡慕啊！如今这个世界可谓苦多乐少，但即便如此，谁也都喜欢快乐、不喜欢痛苦。现在你们有各种各样的压力，若能达到开悟的境界，那什么烦恼都会荡然无存的。

一、现今心理染污

1、当前各种压力

如今许多年轻人，考上了大学以后，按理来说应该很快乐、很满足，可是通过一些调查发现，他们也有不为人知的很多痛苦。简单来说，大学生的压力主要来自三方面：感情、人际关系、就业。曾有个大学对在校学生的心理进行了统计，结果表明：因恋爱而产生压力的占 32%，因人际关系而产生压力的占 27%，因就业而产生压力的占 25%，剩余的则是其他方面带来的压力。



很多大学生在大一、大二时，还抱有崇高的理想，可在大学呆久了以后，逐渐就发现，现实并没有想象中那么美好，于是开始自甘堕落、浪费青春。甚至上了大学以后，没学到什么有用的知识，反而学了不少坏东西。如今在很多大学里，大部分女生将电脑当成了影碟机，大部分男生把电脑当成了游戏机。他们整天在“玩大学”，而不是在“读大学”，这样混了几年之后，毕业出来的肯定不是人才，自己找不到工作的话，也没有资格抱怨学校、抱怨社会。

2、拜金现象严重

现在这个时代，许多年轻人非常拜金，不管是读书也好、

毕业也好，唯一的愿望就是赚大钱，心里除了钱以外，再没有更大的追求了。这种人如同佛陀在经中所说："心为境所牵，愚者则迷乱。"自心被外境所牵的话，将来做什么都会十分迷乱。

其实，特别特别爱钱的人，往往也不容易赚到钱。一个人欲望越来越大时，得到的满足也定会越来越少。其实，我们一生中不需要有太多钱，毕竟自己离开人世时，钱再多也带不走一分一毫。就如同"苹果"的创始人乔布斯（Steve Jobs，1955–2011），前不久他刚刚去世，有资料说，他生前身家七十亿美元，但死后又能带走什么呢？

有些同学可能想："我有这么多钱的话，带不走也不要紧，活着的时候可以好好享受。"但实际上，你也享受不了多少，最多是买几栋豪宅、几辆名车而已。现在很多真正有钱的人，如比尔·盖茨、乔布斯，在生活中反而最不看重钱。乔布斯曾向自己保证：做事从不被金钱影响，也绝不让钱毁了自己的人生。这种做法，确实相当有智慧。

但现在许多人没有这种境界，他们对钱财一味地妄想着、贪婪着，白天做事也好、晚上睡觉也罢，所有的心思全部放在人民币上，从来没想过回馈社会、帮助弱小。这样的

人，已经没什么希望了，就像一句俗话所说："有些人死了，但他还活着；有些人活着，但他已经死了。"

不过，愿意正视这个问题的人，如今可能寥寥无几。诚如鲁迅先生在《论睁了眼看》里所说：中国人对于社会的很多问题，向来就没有太多正视的勇气，先是不敢看，后是不能看，再后来，就自然视而不见了。他们一天一天地满足着，也一天一天地堕落着，却还把这当成一种光荣……这些话，确实值得我们深思。

3、道德不断下滑

当今这个社会，道德下滑的趋势相当严重。究其根源，主要是"文革"的十年浩劫，尤其是"批林批孔"大行其道，中国传统文化遭到了史无前例的灭顶之灾，当时孔夫子的像被毁了，佛教寺院也夷为平地了，最重要的是，珍贵的宗教思想被践踏得一文不值。

近年来，我曾去过很多大学，不管老师还是学生，大多数都对佛教和孔孟思想一无所知，对基本的孝道、人伦、礼节等也嗤之以鼻。正因为如此，如今道德败坏、人性冷漠的事情层出不穷，前两天发生的"小悦悦事件"，就可以说是

其中一例。

大家都清楚，前不久，广东佛山一名 2 岁的女孩小悦悦，走在路上时，被两辆车先后碾过。让人难以置信的是，七分钟内在她身边经过的 18 个路人，有骑三轮车的，有骑摩托车的，还有走路的，竟然对此不闻不问，没有一个去救她。后来，一位捡垃圾的阿姨把她抱到路边，并找到了她的妈妈。不过，事后经过医院的全力抢救，小悦悦仍然离开了人间。

一个小孩被车撞了，这种不幸和意外并不罕见，但小悦悦真正悲惨之处，在于路人的见死不救。现在很多人极端自私，从小在家里、学校里学的，就是怎么样维护自我的利益。见义勇为、乐于助人的精神和美德，不知从何时起，已在我们身边悄然褪色，现今人们更推崇的信条是：多一事不如少一事。

日本在报道这个事件时，认为中国过于追求经济的高速发展，忽视了社会道德的建设，才导致了小悦悦悲剧的发生。中国要想成为世界强国，光有物质财富是不行的，更需要强大的精神文明。

然而遗憾的是，如今小学到大学的课本里，强调应懂得

为人处世、接人待物、尊老爱幼、互敬互爱的，可以说屈指可数。北大教授张维迎也发出感慨说："中国整个几十年的教育是失败的。这个失败在于，教育在培养人时，没有注意培养人的自主创造性，没有注意培养人的道德。"

正因为如此，前不久，新闻上还出现了"13 亿人扶不起一个老人"的悲哀。说是一个 88 岁的老人在离家不到 100 米的地方，面朝下摔在地上，他想站起来，但力气不够。他躺在地上一个小时，围观的人越来越多，但就是没人敢上前扶一把。直到老人的家人获悉后，才送往医院救治，但老人终因呼吸窒息死亡。

那么多的旁观者，为什么不上前去帮他呢？就是因为他们害怕。现在新闻时常报道，某某老人摔倒之后，有好心的人去扶，结果不是他撞的也赖上他了，最后还要打官司赔钱，所以，谁都不敢再向老人伸援手了。

面对这种现状，北大副校长吴志攀站出来，对北大学子说了一句话："你是北大人，看到老人摔倒了你就去扶。他要是讹你，北大法律系给你提供法律援助；要是败诉了，北大替你赔偿！"短短的这一段话，立即就红遍网络，引发了各种响应和支持。不过也有些人觉得，如果我们缺乏应有的

良知，凡事都要依赖法律的保护，那实在是这个社会的悲哀。

对此，清华大学继续教育学院教授、国际传播研究中心研究员丁兆林也认为："13 亿人扶不起一个摔倒的老人，这是一个社会的悲哀。套用一句不大合适的话说，中国民族到了最缺德的时候。在这种可怕的冷漠中，所有人都是失败者。"



尽管他这样说，但现在人们还是面临着同一个问题：如果看见一个老人摔倒了，自己去扶还是不扶？今天在座的各位，以后若是遇到这种情况，你们愿意扶的请举手——

不愿意扶的人，当然也有自己的理由。正如刚才所说，假如你去扶了，也许被他反咬一口，甚至到了法官那里，法官也说："不是你撞的话，干嘛要把他扶起来？"曾经出现的这种糊涂判决，带来的负面影响无法想象，这也恰恰是当

今道德沦丧、信任危机的一种体现。

二、构建心理健康

1、“健康”不单指身体，更重要的是心灵

现在很多人都喜欢健康，但真正的健康，不仅仅是身体上的，更需要是心理上的。联合国世界卫生组织曾提出一个响亮的口号：“健康的一半是心理健康。”并解释说，健康不仅指一个人没有疾病的症状，而且是一个人良好的精神以及社会适应状态。理查德·格里格（Richard J. Gerrig）是美国纽约州立大学的心理学教授，他在《心理学与生活》中也说：“心理学是一门与人类幸福密切相关的科学。”可见，健康的心理，与幸福息息相关、密不可分。

当然，若想获得健康的心理，我个人认为，最好能学习一些佛法。今天在座的大学生中，有一部分可能是学佛的，有一部分既不学、也不关心。不过，你若没有正确的信仰，一辈子都特别现实，只要有钱就可以了，找个好对象、好工作就满足了，那以后就算自己有了这些，内心也会非常空虚。

我经常看到一些老年人，退休之后身心日渐衰朽，整天浑浑噩噩的，过一天算一天，特别可怜也特别可悲。试想，

假如他们有一个信仰，就不会如此无所事事了，肯定会抓紧时间为来世做些准备。所以，一个人有信仰真的非常有必要！

2、树立正确的人生观

有了信仰之后，还应树立正确的人生观，有一颗无我利他的心。当然，讲佛教的“菩提心”、“慈悲心”，你们也许不太熟悉，但可以换句话说，只要不是天天想着自己，而想去帮助身边的一切生命，这就是正确的人生观。若能如此，不但你自己会是快乐的，对周围乃至整个社会，也能产生很好的影响。

假如你是家长，对孩子会有非常正面的引导；假如你是老师，对学生能起到为人师表的作用；假如你是领导，对下属也会带来直接或间接的利益。这样一来，仅凭你一个人的力量，就能波及很广的范围。哪怕你的文凭不是很高，今后也仍能有一番大的作为。

曾经就有个教授叫金克木，他只有小学文凭，后来却成了大学教授。他小时候因各种原因而失学，后来去了北京求学，利用一切机会博览群书，依靠自学掌握了英语、法语、德语、世界语等多种语言。1941 年，他到印度担任一家中

文报纸的编辑，同时学习印地语和梵语，然后去了佛教圣地鹿野苑，跟随印度著名学者法喜教授[2]学习梵文和巴利文，钻研释迦牟尼佛三转法轮的教义。1946 年，他回到中国，应聘为武汉大学哲学系教授，1948 年又在北京大学任教。2000 年因病逝世，他临终的遗言是："我是哭着来，笑着走。"

所以，一个人的人生态度，对毕生成败会起着主宰作用，相比之下，有时候文凭也就显得不那么重要了。尽管在当今，文凭高的话，比较容易谋得一份好差事，但你若是人格不好、做事不努力，时间久了，也不一定能得到领导重用。

当然，在积极努力的同时，我们也不能急功近利，而要学会一切随缘。随缘，并不是一种消极的态度，而是一种积极的人生。假如你什么都无所谓，每天只是得过且过，这叫做消极；但若能做到全力以赴、尽心尽力，同时又不是特别耽著结果如何，这才是真正的随缘。

3、培养道德观念

---

[2] 法喜教授曾在印度的大学教书，后被聘为哈佛大学教授、列宁格勒大学教授，他因为不适应严寒气候而回到印度。许多人慕名而来，向他学巴利语、学佛教，但从没有人找他学梵文。金克木是他的唯一的梵文学生，他倾全力将自己的学问传给了金克木。

有了正确的人生观后，还要培养自己的道德观念。那么，怎么样培养呢？最好能从古圣贤的智慧中汲取。像传统文化的话，应该多学习《弟子规》、《论语》、《大学》、《中庸》等等；另外，佛教中对人生的认识，如因果观、大乘教义等，对自己也特别有好处。很多大学生学了以后，确实受益无穷。若是以前没有遇到佛法，他们遇到无法解决的痛苦时，可能早已经崩溃了，而今学了这些甚深法要，比如从头到尾学了一遍《入行论》以后，利他心自然而然就产生了，对自己也没有那么执著了。

人若是有了利他心，时时刻刻想到别人，一点一滴都是为别人着想，这样的人生绝对会迸发出美丽的火花。从前就有个非常感人的故事：一个印度的年轻人乘火车去往孟买，上火车的时候，他不小心把一只鞋掉到了站台上。当时人群拥挤不堪，根本无法去捡那只鞋。火车缓缓驶出，他迅速把另一只鞋脱下来，朝第一只鞋掉下去的地方，毫不犹豫地扔了下去。有人问他为什么这样做，他回答说："如果一个穷人正好经过那里，就可以捡到一双鞋，这双鞋或许对他很有用呢。"

这位年轻人，就是以后的甘地（Mohandas Karamchand Gandhi，1869－1948）。在印度，他被人们尊称为"圣雄"。

这个故事文字虽然少，但意义却发人深省。试问，假如我们不慎掉了一只鞋，会马上想到利益他人吗？放眼当今社会，很多人的心充斥着自私自利，一有机会就自我吹捧，这样的人也许刚开始受人欢迎，但最后必定会原形毕露。所以，也是我对各位的一个忠告吧，希望你们以后一定要有帮助别人的这颗心。



刚才我讲“小悦悦事件”时，问你们看到老人摔倒了，会扶还是不扶？或许有人在心里嘀咕：“你让我们都举手了，那你自己遇到会怎么做呢？”对我而言，肯定毫不犹豫去扶。扶了以后，倘若被别人冤枉了，跟我打官司要医药费；甚至他死了，要我给他偿命，那我也认了。这是做人的基本良知，我们不能因为自己的利益可能受损，就置他人的生死于不顾。

记得美国伟大的总统罗斯福，一次他家中被盗，丢了许多东西。朋友写信安慰他，他回信说："谢谢你的来信，我现在心中很平静，因为：第一、窃贼只偷走了我的财物，并没有伤害我的生命；第二、窃贼只偷走一部分东西，而非全部；第三、最值得庆幸的是，做贼的是他，而不是我。"故事的重点在最后一句——是他，不是我。所以，不管别人对我们怎么样，我们也不能做有愧于良心的事。宁可自己受伤害，也不让别人有危险，无论在任何情况下，都不能舍弃善良的品质。

现在这个社会，存在着很多复杂问题，人们之所以不敢扶老人、不敢救孩子，也是因为一些新闻媒体的误导，为了吸引大众的眼球，他们大肆宣扬个别的恶性事件，以至于如今人人唯求自保，个人主义泛滥成灾，人们一看到类似的事件，马上就避而远之，生怕一不小心会惹上麻烦。但我们作为有良心的人，尤其是学了大乘佛法的人，见到这种情况时，必须要去救！

在我们藏地，现在好像还没有这么糟，不管在哪里，只要见到有人遇难，旁边的人都愿意伸出援手。前段时间，我在路上看到一个五十来岁、骑摩托车的人，因为雪大路滑而摔断了腿，伤势特别严重，流了很多很多血。当时，路上的

十几辆车全部停下来，大家都不走了，为伤者而忙前忙后：有些人拿出衣服给他御寒，有些人开始包他的脚，有些人准备送他去 20 公里外的医院……我看了以后非常感动，觉得“小悦悦事件”在藏地，暂时应该不会发生。为什么呢？因为他们心里有一种信仰。

你们很多年轻人可能不知道信仰的珍贵性。有了信仰的话，人生就会有一种方向。要知道，我们来到这个世间，并不是无因无缘的，像蘑菇从草地突然冒出来一样；离开这个世间，也不是死后如灯灭，可以一了百了。我们的生命，从无始以来就漂泊在这个轮回中，这一世随业力变成了人，下一世会变成什么样，完全取决于今生的善恶。

但是，很多人对此根本不懂，认为人生只有几十年，死后的事从来不考虑，如此目光短浅实在不应理。其实，你们有空的话，最好能翻阅一些佛经论典，看看里面是怎么描述的。我们将来流转轮回的话，也不是短短的一世两世，今生若造下了一些恶业，就算暂时看不到果报，来世也必定会无欺感受。

本来，文化不太高的人不懂这一点，也情有可原。但大家都是大学生，按理来讲，因为受过了正规教育，知识水平

比农民、牧民要高，可你们若是也不懂这些人生真理，不知道“善有善报、恶有恶报”的因果规律，那就真的太遗憾了！

现在大学有些老师，讲完课就走人，从来不管学生的心态。但也有些老师，特别特别关心学生，很希望引导他们找到人生的方向。若是这样，就需要从这些方面入手，帮他们建立正确的人生观。

三、成功必备的要素

当然，我今天讲这些，并不是劝你们皈依佛门，只是建议大家有兴趣的话，最好研究一下佛教。若能如此，相信你从中得到的价值，肯定会远远超过金钱。

佛教，是有史以来人类文明的精华，古往今来无数人依靠它，内心都获得了真实的安乐。对一个人来说，心灵若没得以调伏，光是用财富、感情等来寻求快乐，恐怕不太可能。你们有些人对未来的生活充满幻想，觉得它是通往快乐的阶梯，可是真正到了那个时候，或许你更怀念现在的学生时代。为什么呢？因为届时会比现在更麻烦、更痛苦、更复杂，需要面对的问题更多。

当然，以后生活中发生的各种事情，能否成为你痛苦的

因，取决于以什么心态去面对它。而在佛教中，就有最完美的调心之法，可惜的是，很多人却对此弃之不顾。著名心理学家荣格（Carl G. Jung，1875－1961）也说，现代人心理疾病的增多，与宗教的衰落有极大关系。他在《寻求灵魂的现代人》一文中就提到："一种有人引导的宗教生活，比起一种飘渺的生活，要好得多、丰富得多，而且健全得多了。"

如今大城市里人特别多，到处是车来车往、络绎不绝。可在这些人当中，大多数都追求钞票、享受、肉体的接触，真正为来世准备的，则如凤毛麟角。当然，来世的存在，也许你们并不认可，但不认可的话，我们可以互相交流。在这个问题上，大家不能自以为是，而需要一定的理性。

人类总认为自己比动物聪明、睿智，但实际上，有些人对自身的问题一无所知，这也比动物好不了多少。比如说，本来"我"不存在，你反而去执著"我"——这一点，没有学过空性的人，或许无法理解："怎么会没有'我'？'我'不就在这儿吗！"但佛教里专门有一种观察方法，剖析所谓的"我"在何处，这样观察下来，"我"的确是了不可得。这对有些同学来讲，可能是一个新知识，但我特别希望你们能种下"空性"的种子，以后善根成熟时，就很容易通达这个真理。



主講：索達吉堪
南阳师范学院
Nanyang Normal University

还有佛教中讲“万法无常”，我们眼前的东西，刹那刹那都在变化。若能明白这个道理，在你未来的生涯中，一旦遇到突如其来的意外，比如感情出现不顺了，就用不着想跳楼自杀、吃安眠药。这时候你会明白，不仅仅是自己的爱人，所有人的心都是无常的，身体也是无常的，万事万物都是无常的，变化也在情理之中。反之，假如你没有这方面的思想准备，面对挫折就会非常脆弱。

现在有些大学生，毕业到了社会上以后，一两年找不到工作，结果就精神崩溃了。其实找不到也没有什么，倘若你明白因果的道理，就会知道这是自己前世没有积福，所以才会出现诸多不顺，故没必要去怨天尤人。

而且，目前大学生的就业形势，也并不乐观。据说 2008 年的应届大学毕业生是 560 万，找到工作的只有不到三成，也就是说，还有七成约 400 万是“待就业者”。这边尚未解决，那边 2009 年的毕业生马上也要走出校门了，这次人数更多，610 万！所以，就业问题确实空前严峻。正因为如此，才有了北大才子成了养猪的；苏州公开招公厕管理员，46 名大学生去报名应聘……

因此，你们不要认为找不到工作，就活不下去了。假如你是个佛教徒，尤其是有一点修行的话，不管遇到了什么问题，都比较容易想得开，知道这一切是因缘。这种因缘，又跟自己的前世、今生有关。若能懂得这个道理，面对什么都会有一种勇气。

所以，大家学会调整心态非常重要。汉地的《宗镜录》中也说："心若正，万法皆正；心若邪，万法亦邪。"心若是摆正了，一切现象都会摆正；心若是颠倒了，所作所为也会变得颠倒。现在有些人因为求职不顺利，就开始搞各种违法活动，给他人带来了极大的损害，这也是源于他们错误的心态。因此，大家以后就算无法做到百分之百的好人，也千万不要随波逐流。

在座各位都是师范学校的，将来很可能会做老师，所以，你们拥有一个正确的心态，对以后的学生非常重要。而在所有的心态中，以慈悲心无条件地帮助众生，这一点最为关键。如果没有这样一颗善心，光是注重分数的竞争，这绝对不是真正的教育。

如今的教育，就比较欠缺这一块的内容。看一个孩子是否成才，只是以分数的高低来衡量，从来不管他做人怎么样。

这样，他们到了社会上以后，肯定很糟糕。我就遇到过不少硕士、博士、博士后，单看他们的文凭，是某某名牌大学毕业的，应该特别了不起，但跟他们接触了一段时间后，好多事情都让人非常失望。

所以，香港中文大学的郎咸平教授曾建议：现在的年轻人不要读研究生、博士生。包括他对自己的儿子，也只要求读完大学就可以了。这种观点，我虽然并不完全认可，但它从某个侧面，也正说明了现今教育存在的一些问题。

现在很多年轻人，满脑子只是怎么赚钱、怎么享受，读了一辈子的书，却不知在生活中怎么运用。他们经不起任何磨难，遇到一点点事情就想不开，工作中不愿意吃苦，也不愿意看别人的脸色，这样的话，就算你学问再大、学历再高，也不会有成功的本钱。所以，大家在读大学的过程中，不但要好好学习文化知识，同时，对心理的训练也一定要值得重视！

四、回顾当地佛教历史，展望未来教育方向

你们河南，回顾历史的话，尤其是南阳、洛阳这一带，文化底蕴相当深厚，与佛教也有千丝万缕的联系。比如洛阳

白马寺，就是中国的第一座寺庙，佛教当年正是从这里开始传入了汉地。

当时的皇帝，是汉明帝。公元 64 年的一个晚上，他梦见有位闪闪发光的金人，身体有圆光环绕，从远方飞来，降临到了他的皇宫。第二天上朝，他把梦告诉群臣，询问这是何方神圣。有个大臣博学多才，告诉汉明帝："听说印度有位得道圣人，号称为佛，能飞身于空中，全身放射光芒，您梦见的大概是佛吧！[3]"

于是汉明帝派 18 名使者去印度，访求佛道。三年后，他们遇到印度僧人迦叶摩腾、竺法兰，迎请他们前往洛阳，并带回了一批经书和佛像。皇帝非常高兴，命人在洛阳建造第一座佛教寺院，以安置印度高僧，此寺就是今天的"白马寺"。据说从那个时候开始，皇宫殿堂的建筑模式，就与寺院基本上相同。

---

[3] 《周书异记》中有一段记载：周昭王即位二十四年甲寅岁四月八日平旦时分，所有江河泉池忽然泛升高涨，四处的井水也溢出来，狂风大作，宫殿、房舍、山川、大地也都震动起来。到了夜晚，有五色光芒入贯太微，在西方遍布成青红色。当时，昭王问太史苏由："这是什么祥瑞？"苏由回答说："西方有大圣人诞生。"昭王问："对天下有何影响？"苏由答道："此时没有，一千年后圣教被及此土。"于是昭王即派人把这件事情镌刻在石头上，埋在南郊的天祠前。以年代计算，刚好就是汉明帝在位时期。故大臣推测，金人想必就是佛陀。

迦叶摩腾和竺法兰来到汉地之后，翻译了第一批佛经，其中就有《四十二章经》。他们二人圆寂后，就葬在了白马寺，至今寺中仍有他们的坟墓，去年印度总统还到墓前献了花。我想问一下你们：这是不是最早那个墓？一直没有毁坏吗？（下面没人知道，很多人说没去过。）你们没有去过啊！很可惜，还是应该去一下。你看从东汉开始到现在，历史这么悠久，离这儿又这么近，没有去过的话，实在有点遗憾。

离白马寺不远的地方，还有一座著名的"焚经台"。当年佛教传入汉地后，迅速在各地传播开来，引起道教极度不安。在白马寺建成的第 2 年，690 名道士联名上表汉明帝，痛斥佛经的"虚妄"，声言要与佛教一比高低。汉明帝就准了众道士的请求，让佛道两家在白马寺前筑台比试。先是辩论两个时辰，道教败北；接着比试的是焚经，道教大堆经卷化为灰烬，而佛经在烈火中突然"光明五色，直上空中，旋环如盖，遍覆大众"，由此佛教声名大振。据史记载，当时就有 1460 多人出家。

另外，大名鼎鼎的龙门石窟，也位于你们河南。这个石窟从北魏就开始雕凿，一直雕到北宋年间。在长达 400 多年的时间里，造像共有 10 万多尊，数量之多位于中国各大石窟之首。尤其在唐朝，雕刻的佛像是最多的，约占总数的

60%。



当然，讲这些是在你们面前班门弄斧，但我真的很仰慕这些佛教胜迹，也很佩服古人的智慧。他们给子孙所留下的，确实有非同寻常的意义。可如今这个时代，我们又给后人留下了什么呢？且不说精神文明的层面，单单是资源方面，很多人就不断挖掘不可再生的地下矿藏，不像美国和日本，他们很聪明地把本土资源保护起来，为了子孙后代一直留着，需要资源时就从外国进口。而我们有些人，为了赚钱就拼命开发、大肆浪费，从来也没想过百年后的子孙会用什么？所以，现在存在的许多问题，值得大家好好思量。

总而言之，你们河南自古与佛教就有着密不可分的因缘，人类最宝贵的文化遗产，相当一部分也都在这里，大家应该去了解一下。现在的河南，虽不像北京、上海一样是政治中心、经济中心，但它却蕴含着丰富、深厚的古文化，这些更有探索的价值，迟早会引起人类重视的。

通过今天的交流，我希望能对同学们有点启发，也希望大家尝试去了解一下佛教的慈悲、智慧，以及不可思议的加持。若能如此，你所学习的知识，最终一定会造福人类，对自他都有利。

毕竟，我们不管做什么事，心都起着主导作用，它指引一切行为的方向。当你的心很善时，一切都会变得善；当你的心很恶时，一切也会变得恶。正如法国作家雨果（Victor Hugo，1802—1885）所言：“思想可以使天堂变成地狱，也可以使地狱变成天堂。”

附：

南阳师范学院问答

『 *2011* 年 *11* 月 *3* 日晚上 』

（一） 问：我是南阳师范学院教育学专业的大四学生。我一个朋友今年 31 岁了，但是还没有对象，她想建立一个佛化家庭，如何才能忏悔业障，感召一个如意的眷属呢?

答：她想找一个理想的伴侣，最好能念一下《地藏经》。若是没有前世特殊的业障，那么念了《地藏经》、祈祷地藏王菩萨的话，就会求什么得什么，甚至求子得子、求财得财，一切愿望都能如愿以偿。

确实，建立一个佛化家庭，妻子也学佛、丈夫也学佛，夫妻之间就没有太多冲突了。否则，妻子学佛，丈夫不学甚至反对，那么天天都会热战、冷战不断，自他也会特别痛苦。

但她能不能实现自己的愿望，还要看自己的因缘和福

分。当然，通过祈祷也能解决一些问题。

问：在生活中，我们经常会看到，有些人做了很多好事，却没有得到相应的善报；有些人做了很多坏事，却没有受到恶报。于是许多人就认为：善有善报、恶有恶报，只是一种心理安慰、精神鸦片。那么，因果报应真的不存在吗？

答：因果报应肯定存在，对此我是深信不疑。

但为什么行善得不到好报，造恶得不到恶报呢？因为不管是什么样的业，并不是造了马上就会成熟。就像一个贫穷的农民，他以前没有种庄稼，所以如今特别贫穷；但现在他勤勤恳恳地种地，以后尽管不会再穷了，可还没到秋天收割之前，他的生活仍然改变不了，但我们不能因此就说他种庄稼没用。

佛教里也专门讲了，我们所造的业要成熟，需要一定的时间。有些业力会现世现报；有些业力在下一辈子才感受；有些业力要再过好几世才现前。所以，因果并不是那么简单的，它是非常复杂的一个概念，必须通过系统的学习才能了达。

当然，你产生这样的怀疑也很合理。但就如同你们学生上学，就算现在很爱学习，也不一定马上会出现它的果，它有一个时间在里面。



（二）问：我是教科院应用心理学专业的大三学生。刚才听见您讲，随缘分积极、消极两种，我们怎样才能做到积极随缘？如果把它放在学业上或事业上，应该怎么理解？

答："随缘"这个词，禅宗里也经常讲，世间人也经常说，但不少人都误解了它的定义，以为随缘就是什么都不用做，只等老天来安排一切，这样的话，你就会错过许多机会。

真正的随缘，是需要全心全力的付出，但对结果如何却不太在意。比如，你想得到一份特别满意的工作，在一番努力之后，却没有被录取，这时候你心里若有“随缘”的概念，面对失败就不会特别痛苦。

包括你们对自己的感情，也应抱着这种态度。假如刚开始希望特别大，最后却没有像预期那样美好，也用不着痛不欲生、万念俱灰，甚至想不开非要自杀。在这个时候，你应该要懂得随缘。

要知道，在这个世上，凡事不可能都一帆风顺、尽如人意，任何一件事情的成功，背后都有着错综复杂的因缘。这一点，大学的课本里几乎没讲，但你如果学了佛教的《俱舍论》、《百业经》，就会明白自己这辈子的成败，不但有今生的原因，也有前世的原因。若能懂得这个道理，就很容易想得开、放得下，以坦然的心态面对一切，这就是一种积极的随缘。

问：假如有人对一些事情很抱怨，想法也很执著，怎么样才能让他放下呢？

答：有些人常对外境有诸多抱怨，这是不太合理的。

为什么呢？因为当他在抱怨时，总是盯着别人的毛病看，却从来没有反省过自己。一件事情不成功了，他就拼命地埋怨别人；而一旦成功了，又觉得全是自己的功劳，很多人都有这样的习气，这个特别不好。

其实，我们应该反过来想：当这个事情成功了，都是别人的贡献；失败的时候，则是自己的过失。我们藏地就有一句著名的格言："亏损失败自己接受，胜利利益奉献他人。"这种精神非常伟大，理应成为我们为人处世的准绳。许多人之所以在生活中跟别人合作时，常常出现一些不愉快的现象，也正是因为这句话没有做到。当然，这一点做起来并不容易，但即便如此，我们还是应该朝这个方向努力。

至于你想让他放下执著，这不是说放下就能放下的，他必须要先懂得道理，然后经过一定的修行，才能做到"收放自如"。要知道，生活中的任何一件事情，当自己特别执著时，肯定放不下来。只有通过各方面观察，发现它也不过如此，放下才会易如反掌。

（三）问：我是教育科学学院的大四学生。我过去遇到感情上的挫折，一直困扰着现在的心情，该怎样摆脱

呢？

答：在我们藏地，很多年轻人因为有信仰，也懂得佛教的无常观，所以在遇到感情问题时，一般不觉得这种痛苦特别大，但汉地的人好像不是如此。

其实，爱一个人，往往是建立在占有的基础上。一旦他对你不好，或者他变心了，自己无法再拥有他了，这时候才特别痛苦。假如你对他的爱无有条件，只要他好你就觉得幸福，那彼此之间的关系再怎么样，你也不可能受到刺激或创伤。所以，爱情到底是爱自己，还是爱对方？这个需要好好观察一下。



爱情虽说是年轻人很难过的关，但你再过 10 年、20 年回顾人生，可能就会一笑置之。现在你对感情的执著，相当于孩童时代对玩具的执著一样，小时候玩具一旦被别人抢了，自己就哭得天崩地裂，可当你长大之后，回想当年的幼稚无知，就会觉得特别可笑。所以，随着年龄的成熟，或当你有了正确的信仰时，这种执著就会越来越淡，慢慢地，便不会再受它的困扰了。

如今很多年轻人，一直陷于感情的迷网中，无力自拔，非常可怜。其实你们再过一段时间，有一些人生历练之后，就会觉得这真的没什么，只是某个年龄段的一时迷惑罢了。

（四）问：我是一名大四的学生，请问宗教信仰和迷信有什么区别？

答：信仰任何一种宗教，不管是基督教、道教、儒教或是佛教，假如你不懂它的道理，只是流于表面形式，这很容易变成迷信。比如，有些人为了升官发财，就到寺院里烧香拜佛，这虽然也算一种信仰，但你若不知道这样做到底有什么作用、佛和神有什么差别，只是把佛陀当成求财工具，这就成了一种迷信。

如今很多寺院里，天天都有人拜佛，我虽不敢说所有的人都是如此，但有些人确实带有迷信色彩。为什么呢？因为他们连自己为何要拜佛都弄不清楚。真正的信佛，是通过自己的智慧，看一些前辈大德的文章或书籍，知道释迦牟尼佛曾来过这个世界，他所说的一切符合真理，对解除自他痛苦、解决人生问题有不可磨灭的作用，然后从心坎深处对他诚信不疑，这才是真正的信仰。反之，假如只是表面上信佛，实际上迷迷糊糊的，并不明白其中道理，那就算你是个佛教徒，也仍是一种迷信。

所以，烧香拜佛不一定是真正信佛，若不知道它的功德，单单是外在的一种崇拜，有些人为了打渔也会这样做。我以前去南方时，就看见很多老百姓出海打渔前，都会去庙里烧香，让佛保佑他多捕一些鱼，此举完全是一种迷信。梁启超曾在一本书中，也讲了迷信与正信之间的差别，说佛教的信仰是智信而非迷信。但你不懂佛理的话，就很可能不是智信，而是迷信了。

问：大家都知道，出家人不能喝酒，也不能吃肉，但为什么济公活佛会说“酒肉穿肠过，佛祖心中留”？

答：这句话的后面，济公和尚紧接着还说了一句："世人若学我，如同进魔道。"

济公和尚是历史上公认的成就者，他"酒肉穿肠过"的话，可以做到"佛祖心中留"。如同一些前辈大德，修行境界特别高时，肉和菜、酒和水对他完全没有差别。古印度就有一位大成就者，喝完酒以后，酒可以变成水，从指尖流出来。同样，济公和尚也有这种非凡的境界，喝酒、吃肉对他并不会有障碍。但我们作为普通的出家人或修行人，千万不能盲目地去模仿。

如今很多影视作品里，经常断章取义，只取这段话的前半部分，以此作为自己可以吃肉喝酒的佐证。甚至好多根本不懂佛法的领导，喝酒时也喜欢把这句话挂在嘴边。我在藏地就有一个朋友，天天喝得烂醉如泥，别人去劝他时，他总拿这句话来搪塞。实际上，当他醉得人事不省时，留在心中的肯定不是"佛祖"，而是"酒肉"。所以，不管是出家人、在家人，最好不要说大话，你还没达到济公和尚那样的境界之前，切莫用这种话来为自己造恶业找借口。

（五）问：刚才听了您的演讲，我感觉很受启发，

但心中还是有很多困惑。您说心理学是一门教人幸福的学科，我本身就是心理学专业的，但很不幸，我感觉自己并不幸福。

二十多年来，我生活一直不顺利，很小的时候家庭变故，当时没有什么感觉，但现在想想，还是对我的影响很大；学业上从初中、高中之后，也是几经磨难才进入大学；现在我都大三了，也憧憬过在大学谈一场恋爱，但截至目前，我追过五个女生，却没有一个愿意答应我。

这些不知道是否可以称为“磨难”，但面对它，我没有想过自杀，也没有试过自杀，一直都是耐心忍受的。可我心里一直都不快乐，觉得最大的困惑，就是我不知道为什么来到这个世上，难道只为了经历这些磨难吗？只是为了受苦而来吗？

按照佛教的说法，这应该是我的因果报应，今生经历了这么多磨难，也是自己前世造了很多孽。但我怎样才能在现世就得到一些好报，消除这些磨难给我的负面影响？

答：你说心理学无法给你带来幸福，但其实荣格的心理学，尤其是佛教中探索心灵的内明学，如果你学了以后，肯定能逐渐找到幸福感；你说自己从小到大，生活中频频发

生各种不如意，但我从你的描述中发现，有些也不一定不如意，只不过它好的一面被你忽略了而已。

不过，正如你刚才所说，你今生所经历的一切，都跟前世的业力有关。这一点，在座的同学也要好好记住。毕竟有时候由于前世的业力，即生中的努力可能会付之东流。比如，有些人成绩非常好，但往往在考试时不成功；有些人的人品不错，但常常被很多人误解；有些人社会关系很广，但仍然无法做一番事业。业力就相当于一个大网，它广阔无边、遍及一切。如果你们懂得因果的道理，一旦自己遇到很多磨难，就应该好好地忏悔，这样才能弥补前世所造的恶业。

当然，生活中的顺与不顺，也不可能一成不变。只要你心态调整过来了，不顺就可以变成顺缘；但若心态不对的话，就算是顺缘，也可以变成违缘。比如有些人从小历经了各种打击，这种人生看似很苦，却可以让他的内心不断强大起来；有些人从小就被当成小皇帝、小公主，要什么就有什么，生活无忧无虑，但到了社会上以后，特别特别脆弱，一丁点委屈也忍受不了。

因此，我们生命中的苦难，不一定都是不好。若能把它视为磨炼自己的机会，你的人生就会越来越有价值，将来也

才会有出息。

问：您说的这个道理我懂。我之前也读过很多佛学故事，都说不管遇到什么事，要耐心忍受，然后放下、看淡。但我现在的问题是，可能因为自己修养不够，就是放不下、看不开，这个怎么办呢？

答：放下，并不是那么容易的，不是说放下就能放下的。你必须要先懂得道理，然后经过很长时间的修行，才能慢慢放得下来。

就像一个患有胆病的人，明明知道眼前的海螺是白色，可在病没有好之前，看到的一直是黄色。同样，你说很多道理自己都懂，但实际上这不叫懂，只是字面上理解而已。如果你真的懂了，面对任何磨难都不会执著、痛苦。所以，理解和通达还是有一定的差别。

（六）问：我是教育学专业的大四学生，今天非常荣幸得到您的摄受，感觉受益匪浅。请问，佛教中讲的“皈依”是什么意思？

答：所谓皈依，简单来说，需要通过一定的仪式，自己决定从现在开始，投靠依止佛、法、僧三宝，遵循佛陀的教言去做。广而言之，皈依还有共同皈依、不共皈依，以及密宗特殊的皈依等许多分类。

问：那么慈悲的堪布，您能不能现场给我们作一个皈依？

答：皈依的话，在座的有些人可能愿意，有些也不一定愿意。但我可以念诵一个皈依偈，你们不想皈依的也不用怕，不会受影响的。



皈依的发心有大乘、小乘之别。最上等的皈依，是发心为利益天下一切众生而皈依三宝。下面我就开始念皈依偈，想皈依的人可以这样观想——

【堪布用藏语和梵语念皈依偈……】

（七）问：我是新闻与传播学院的大二学生。我想问一下，您如何看待社会上的一些算命？

答：算命，在河南这个地方，应该有一定的历史（大禹时代的“洛书”即出于此）。在我们佛教中，也有这方面的道理。不过现在很多算命的，可能是为了挣钱，不是很正当。但我们也不能因此就认为所有算命都是假的，实际上有些还是特别准。

对于算命、打卦等神秘现象，我们不能一概否认，认为统统是迷信；也不能说算命的都很准，毕竟有些完全是骗人。所以，这要一分为二地去详细观察。

我个人是这样的：对算命也感兴趣，但也会注意。

问：那您会看相吗？

答：我会看，但今天不看。

问：我来之前关注过您的微博，对藏传密宗也作过一些简单了解。我特别感兴趣的是，佛教徒应以慈悲为怀，为

什么密宗很多法器都是用人骨做的？为什么非要用那些东西？

答：咦，这跟我的微博有什么关系啊？人骨法器，我微博上从来没有用过的。（众笑）

在密宗中，并不是所有法器都是用人骨做的。只是比方说修断法时，有一定境界的修行人才会用人骨吹号；或者修一些特殊的密宗仪轨时，才会用到人骨做的手鼓、念珠等等。

现在许多人对人骨法器很好奇，觉得它非常好，于是不少做生意的人就把它当成商品大力推广。其实，使用这些特殊法器，对外一般不能公开，是需要保密的。可现在这个社会，人们有种猎奇的心理，很多汉人看到这些，就以好奇心请回去，于是托巴（头盖骨）等很多人骨法器，就堂而皇之地出现在我们面前了。

当然，这也不等于佛教不慈悲，因为所有法器用的人骨，都是人死以后的骨头，并不是故意去杀个人，然后把他的人骨拿来。所以，这跟慈不慈悲没什么关系。

问：作为佛教的诞生地——印度，为什么佛教不是非

常发达，反而印度教却很昌盛？



答：这就是我刚才讲的无常。像你们河南的洛阳，是中国佛教的发源地，但这里的佛教也不是那么兴盛，包括很多大学生对佛教都不懂。所以，这是一种因缘，到了一定的时候，它就会时过境迁。

不过，现今印度的佛教，也并非那么不兴盛。来自世界各国的佛教徒，经常在印度的金刚座、四大圣地举行法会。我大概在 1990 年也去过印度，那个时候，佛教还是非常兴盛的。尤其是藏传佛教，在印度比较有影响力。

（八）问：我是美术系的学生，大四了，也是南阳《入行论》学习小组的学员。以前只能从电脑上看到您，今天看到了真人，觉得特别激动。我想请教您：我马上要毕业了，面临着很大的就业压力，那么我现阶段应该把所有精力都放在学习知识上，还是拿出一部分确保每周的共修？哪个对我将来的人生更有意义？

答：这个可能要根据情况。一方面学习不能落下，你们作为高年级的大学生，很快就要面临人生的转折点了，辛辛苦苦学了这么多年，到最后应当融入社会、回馈社会，此时最好不要因为学佛，就放弃了自己的学业。

我也经常跟一些小组的学员讲，学佛不要影响自己的正常生活，不要为了完成既定的共修量，就耽误学业和工作。假如你暂时不能完成的话，等以后各方面有条件了，这些可以再补上。

（九）问：我是经管学院的大二学生。现实社会中，我们因欲望产生很多虚荣心、攀比心，往往忘记了自己是谁，自己真的需要什么。如何才能做到寻求自我、反观自我？

答：现在的人们，虚荣心确实特别强，不管学生还是

大人，攀比心也很厉害。在这样一个社会中，我们的内心要想安宁，必须有一种正确的信仰。否则，你就会盲目地追求物质，有一辆车还要买两辆，有一栋房子还要买两栋，甚至买了好几栋也不满足，还要到国外买房子……如此欲望无有止境，是绝不会有快乐可言的。

如今有个口号是："要满足人们的生活需求。"但实际上，"需求"是满足不了的，人心就像是填不满的无底洞，假如不懂得知足的话，想用物质来满足是很困难的。

今天短短的时间里，我无法让大家一下子明白佛教的殊胜，但特别希望在座的莘莘学子，在迎接人生美好未来的时候，除了追求必要的物质以外，也不能忽视内心的安宁。而若想做到这一点，唯有在释迦牟尼佛的教法中，有最完美、最究竟的答案。

看大家的表情，可能还有很多同学，有好多问题要问，心里也都准备好了。可因为时间的关系，恐怕我无法一一回答。假如你们对这方面感兴趣，现在的网络非常方便，大家也可以各种途径来了解佛教的甚深法义。

我个人而言，并没有太大的智慧，但自己毕竟学过一些

佛陀的经教，长期研究过这方面的道理，所以，我今天将自己所了解的与你们分享，希望大家能得到一点点利益。谢谢！



主持人结语：

整个提问环节到此结束！

今天晚上，我们度过了一个如此美妙的夜晚。美好的时光总显得太过短暂，有时候一个偶然的机会，就能为我们带来人生的改变。相信今天堪布的讲座，无疑就是这样一种难得的机会。

下面让我们用掌声再次感谢堪布！请大家起立恭送堪布

藏密的特点及思想精髓

——陕西师范大学演讲

『 *2011* 年 *11* 月 *9* 日下午 』



今天，你们师范大学的师生开这个学术研讨会，我本人而言，虽然说没有什么智慧，也谈不上是什么智者，但非常

喜欢参与这样的活动。当然，我不是在这儿故作谦虚，而是有一点自知之明，很清楚自己有什么样的学问。但尽管如此，跟你们进行佛学交流，在这方面我还是有很大的兴趣。

学校这边让我讲一下“藏密的特点及思想精髓”。不过这个题目太大了，我想了一下，也不知道从哪个地方入手。毕竟藏密的教义浩如烟海、博大精深，只用短短 1 个多小时的时间，肯定无法一一道尽。所以，下面我只能简单介绍一下，让你们有个大致的了解。

一、略述藏传佛教的历史

不少人认为，藏密就像唐密一样，只是昙花一现、兴盛一时的教法，如今都已退出了历史舞台。这种想法不太正确。藏地从有佛教开始到现在，尽管经历了不同朝代的风风雨雨、兴衰变迁，但藏密不管是历史、教义、仪轨、修法等，至今仍完整无损地保留着，而且非常圆满，所以它跟唐密不能划等号。

还有人认为，藏族喇嘛是学密宗的，故藏密又称为“喇嘛教”。这种说法也不合理。所谓的“喇嘛”，有出家人的意思，但学藏密的并不只是出家人，在家人也可谓比比皆是。

其实，藏传佛教是世界三大佛教体系之一，跟南传佛教、汉传佛教同属于正宗的佛教。往昔印度的佛教传入藏地之后，融入藏民族的文化中，成为特别庞大的宗教体系，这就称为藏传佛教；而佛教传入汉地、融入汉族的文化中，则形成了汉传佛教。所以，藏传佛教并不是藏地土生土长的宗教，也不是只有密宗这一部分。

当然，在座很多人都是研究历史的，对此应该比较熟悉。藏地最开始时也没有佛教，大概在公元三百多年，藏王拉托托日年赞的王宫上，佛像、《宝箧经》等佛经、佛塔从天而降，并有授记："经过五个朝代以后，会有人知道经中的教义。"这标志着藏地正法的开端。

但也有史料说，这些三宝所依并非从天上降下，而是印度班智达带过来的。这种历史问题，如今我们很难给它个确切定论。毕竟学术界只承认一些考古依据；可我们佛教徒不单单承认这些，还承认非常神秘的各种现象。而这些现象，以学术眼光来看的话，是完全无法理解的，所以，历史学家有时也难以得出正确的结论。

藏地过了五个朝代之后，观音菩萨的化身国王松赞干布出世，他迎娶了汉地的文成公主、尼泊尔的赤尊公主，她们

分别带来释迦牟尼佛 12 岁、8 岁的等身像，现供奉于拉萨的大昭寺和小昭寺。历史上说，文成公主特别精通风水，观察整个藏地的地势之后，她不仅要求修建大昭寺，还在不同地方修建了镇肢寺、镇节寺等。此时，佛教的经论虽说没有正式传入藏地[4]，但佛教在雪域高原已经开始扎根了。



又过了几个朝代，汉地另一位和亲公主——金城公主，生下一个儿子叫赤松德赞，他 13 岁就继承了王位，在他统治藏地的期间，佛教达到了史无前例的兴盛。赤松德赞在很小的时候，就读过汉地传来的《十善经》、《稻秆经》、《金刚经》，对佛教生起了很大信心。长大之后，他从印度迎请了莲师、菩提萨埵等很多班智达，并派藏地的译师去印度培训，以广弘佛法、翻译佛经，当时的佛教可谓盛极一时。

---

[4] 有些历史记载，松赞干布在位期间，跟唐朝的一些和尚也有往来，并在佛法方面有过交流。

后来，在莲师离开藏地、菩提萨埵圆寂之后，赤松德赞又从敦煌请来一位禅宗大德玛哈雅那入藏弘法。不过，玛哈雅那所弘扬的禅宗，与藏地教派在观点上出现了很多分歧。玛哈雅那声称：就像乌云能遮蔽太阳，白云也能遮蔽太阳；或者说，金链是束缚、绳索也是束缚一样，无论做善事、做恶事，这一切都是执著，应该全部放下来。因为受此种观点的影响，很多人开始不取舍因果，不断恶行善，甚至桑耶、大昭寺的佛像前长年供奉的灯都断了，藏传佛教内部出现一片混乱。

这时，赤松德赞想起菩提萨埵生前的授记："以后教法如果出现混乱或不和，可从印度迎请莲花戒遣除争议。"于是他派人请来莲花戒[5]，以平息这一场"顿渐之争"。

据历史记载，莲花戒主要从比喻上击败了玛哈雅那：玛哈雅那认为自己的见解最高，善恶什么都不执著，就像大鹏翱翔于天空，无有任何阻碍。莲花戒就问他："大鹏是否从地上腾空？最后仍落于地上？"对此，玛哈雅那也不得不承认。莲花戒继续说："以此足以说明，最高境界必须以取舍因果为基础，最后还是要落到不离取舍因果的行为中。"通

[5] 莲花戒：又名嘎玛拉西拉。与菩提萨埵都来自印度的那烂陀寺，皆为中观自续派的论师。

过这样的辩论，玛哈雅那以失败告终。鉴于之前藏王曾规定，谁败了就必须离开藏地，玛哈雅那只好返回汉地。

不过也有人说，玛哈雅那离开时，一只鞋子掉在了藏地。后人认为这是一种缘起，因为修宁玛大圆满、噶举大手印的个别人，也提倡修行最初就何者都不执著[6]，并遭到萨迦派很多论师的驳斥，以此表明玛哈雅那的部分见解仍留存于藏地。

当然，什么都不执著，这种见解也并没有错，无垢光尊者在《龙钦七宝藏》中说："玛哈雅那的观点，寻伺者未能接受，但从实际意义来说，其密意完全符合正法。"可是对大多数修行人而言，由于自己的根基不够，倘若一开始就不取舍善恶，如此修行很容易误入歧途。我之所以讲这些，也是因为现在藏地学密宗、汉地学禅宗的许多人，包括学术界都认为，修行就是什么都不执著，根本不管自己的基础打得怎么样，这样是相当危险的。

总而言之，藏传佛教起源于印度，是非常纯正的佛教。在朗达玛灭佛之前，它为藏地历代君王所守护、所弘扬，一代一代传承非常清净，并不是一块小地方的一个小小宗教。

---

[6] 真正懂大圆满、大手印教义的人，并不会这样做，而会先打好基础再次第修持。

二、藏密与汉地皇室的渊源

藏传佛教从古至今，除了在雪域这片土地上广利有情以外，跟汉地也有特别深的因缘。

唐朝时，藏王赤松德赞勘校《大藏经》的过程中，就迎请了很多汉地大德前来参与；藏地的预试七人[7]出家时，也请了汉地的高僧来作见证。

元朝时，藏密在皇宫内院尤为兴盛。最早从成吉思汗开始，藏传佛教就极有影响。大家都知道，成吉思汗在位期间，曾多次发动对外征战，他既要统治汉地，又要统治藏地，还想攻占印度。为了攻打印度，他派出大批军队路经藏地，当时很多寺院面临着危险，大家都特别害怕。不过有种说法是，成吉思汗遇到了萨迦派的扎巴嘉村上师，从他那里求了一些法，之后便打消了侵占印度的念头。

后来，在蒙哥当皇帝时，噶玛巴被封为国师，获赐一顶金边黑帽。忽必烈即位后，也极力推崇藏传佛教，派人迎请宁玛派的伏藏大师释迦光，结果他没有能来，但把莲师的长

[7] 预试七人：赤松德赞时，为观察藏人能否守持出家戒律，命试从静命论师依说一切有部出家的七人：巴・色朗、巴・赤协、贝若扎那、杰瓦却阳、款・鲁益旺波、马・仁钦却和藏勒竹。藏传佛教史籍中，对预试七人名字不同的说法颇多。

寿水伏藏献给了皇帝，以此忽必烈对前后藏的密咒士提供各种宽厚待遇，赏赐许多土地用于修建寺院，同时封释迦光为“巴谢”，其地位与国师相等。之后，忽必烈又封萨迦派的帕思巴为帝师。而且，此前的萨迦班智达，也当过阔端的经师，后圆寂于甘肃那一带。

元朝总共有十五位皇帝，尽管他们都是蒙古族，但无一不信仰藏传佛教，皇宫里也经常举行各种佛事活动。记得有位宁玛派大圆满的修行人叫雍顿多杰华，元武宗就曾把他请进皇宫，观看金刚舞，给皇帝、皇后为主的有缘眷属，传授大圆满的灌顶，讲大圆满的修心窍诀。

到了清朝，格鲁派的班禅大师、达赖喇嘛等高僧大德，也备受皇帝的礼遇，与汉地来往比较密切。例如，顺治皇帝曾派人邀请五世达赖喇嘛进京，尊者在清朝官员的陪同下，率随行的三千眷属，自拉萨启程前往汉地。

尤为值得一提的是，格鲁派的章嘉国师，与清朝皇帝素有极深的渊源：章嘉一世是康熙皇帝的国师；章嘉二世是雍正皇帝、乾隆皇帝的国师；章嘉三世是道光皇帝的国师；章嘉四世是同治皇帝的国师；章嘉五世没有明确记载；章嘉六世是光绪皇帝的国师。

由于这些皇帝的大力扶持，藏传佛教尤其是密宗的时轮金刚、喜金刚、大圆满等，在全国上上下下得到了极高的尊崇；各个教派的上师们，皇帝也赐予各种封号，如“大宝法王”、“达赖”、“班禅”、“巴谢”等，甚至明朝有一个明武宗，先后封授了八位法王。

所以，我们以回顾历史的方式，来了解藏密很重要。否则，现在极个别人对密宗的认识，远远不符合真相。自“文化大革命”以来，大家都清楚，佛教遭到了历史性的打击和毁灭，此前发生的许多令人敬佩的事迹，由于政治、历史等种种原因，人们心目中对它的评价，与真相差距特别远。甚至现今影视剧中对藏密的描述，大多数也是在误导大众，故意扭曲藏传佛教的形象。

其实，不管你是什么样的人，以公正的态度，原原本本把历史真相说出来，这是非常重要的。假如你有一些个人目的，那就另当别论了，但如果没有的话，作为学术界的知识分子，理应从方方面面，客观认识藏传佛教的历史与现状。其实不仅仅是藏传佛教，包括汉地的有些历史，也不一定像后人刻画得那样丑恶。譬如元朝的许多皇帝，并不像有些人形容得那么残暴[8]，他们也有许多值得借鉴的地方，值得宣扬

[8] 清代启蒙思想家、政治家、文学家，提出“师夷之长技以制夷”的魏源，就曾

的东西，但很多人往往并不了知。



同样，如今很多人对藏传佛教的评论，也不一定就是事实。他们声称藏密如何修双运、如何杀生、如何吃肉，一直到处这样诋毁，这是相当可怕的。当然，藏传佛教因为地理、气候等原因，素食观确实不如汉传佛教，这也是我们承认并值得学习的地方。不过，我以前在《藏密素食观》里也提到过，藏地很多修行人并不完全吃荤，非常多的高僧大德也都提倡吃素，这是有据可查的。所以，大家若想认识藏传佛教，一定要通过深入、彻底的研究，如果没有这样，就随意揣测、妄加评论，肯定与真相有一定的距离。

评价元朝的皇帝们，个个英武沉毅，虽然大多命数不长，却都豁达大度，颇有君主之气。如云："元有天下，其疆域之袤，海漕之富，兵力物力之雄廓，过于汉唐。自塞外三帝，中原七帝，皆英武踵立，无一童昏暴缪之主。"

当然，藏传佛教分各大教派，各大教派有许多甚深教义，这些甚深的教义，我今天也不可能一一阐述，你们若想完整地了解，最好是通过理论、实修两种途径。其中，理论上的了解，除了看些历史书以外，还应当系统学习藏地佛教的五部大论，以及密宗中事部、行部、瑜伽部、无上瑜伽部的教义，这就相当于你在高等学校学习知识一样。而实修上的了解，是在掌握理论的基础上，与传统修行结合起来，去体悟理论所讲的那些境界。只有这样，你才能真正触及藏传佛教的核心，否则，光是看了一两本书，是很难一窥其全貌的。

三、无上大圆满与汉地的渊源

比如说宁玛派的大圆满，实际上就特别特别殊胜，然而这种殊胜，在文字上几乎看不到。包括我们藏地以十七大续部为主的密续，都没有编入德格的《大藏经》，而是单独有一个续部。为什么这样呢？就是害怕泄露秘密。当然，并不是因为它有很大的过失，才担心被别人知道，而是由于其教义过于甚深，根基不够的人一般接受不了。

像大圆满的一些教言，你光是从书本上看，似乎跟唯识、中观差不多，可能也看不出来什么。但你若按照密宗的传承，如理如法地依止上师，遵循上师的教言长期实修，很容易就

能证悟一些不可思议的境界。

昨天我来西安时还在想：你们这里跟大圆满的源流，还是挺有因缘的。我们大圆满跟唐密一样，历来都相当重视传承。像唐密的话，最初由毗卢遮那佛传给金刚萨埵；之后龙猛菩萨打开南天铁塔，从金刚萨埵处得受此法；然后他又传给龙智；龙智再传给善无畏、金刚智。后来，善无畏、金刚智、不空在唐朝来中土弘扬密法，史称“开元三大士”。

而我们大圆满，刚开始是普贤王如来传给金刚持，金刚持传给人间的嘎绕多吉（极喜金刚），之后嘎绕多吉传给蒋华西宁，蒋华西宁传给西日桑哈。而西日桑哈，实际上是汉族人，具体是什么年代呢？应该是唐朝初年。他曾去印度依止了蒋华西宁，得到大圆满的窍诀，此后又返回汉地，住于清凉尸陀林[9]。

当时，在印度某个城市中，布玛莫扎和嘉纳思札（益西多）共同学习五明。一天，他们二人去金刚座旁的一个花园散步，突见金刚萨埵在空中授记：“你们虽曾五百世转为班智达，却尚未获得果位。若想即生解脱，应前往汉地清凉尸陀林。”听到此话，布玛莫扎立即动身去汉地，依止了西日

[9] 清凉尸陀林，据说在现在的五台山那边。

桑哈，得到很多大圆满的窍诀，并将其中的一部分，藏于你们西安的吉祥门[10]。

他返回印度后，将自己的经历告诉嘉纳思札。嘉纳思札也前往清凉尸陀林，请求西日桑哈摄受。他依止的时间比较长，最后得到了大圆满的最高境界。当西日桑哈圆寂时，将《七钉窍诀》传给嘉纳思札。然后，嘉那思札从吉祥门取出所有经函，回到了印度，住在巴桑尸陀林中。

此后，布玛莫扎去拜见嘉纳思札，请求摄受。当嘉纳思札圆寂时，将《四安住法》的窍诀传给了布玛莫扎。后来，布玛莫扎将其传给莲花生大士，莲花生大士又传到了藏地……这就是我们大圆满的源流。由此可见，大圆满的传承始于普贤王如来。当然，释迦牟尼佛住世时，也传过一些密法，如《时轮金刚》、《文殊真实名经》等，这些都是佛陀亲口所说。但也有一些密法，是佛陀圆寂后出现于世的。

然而，对历史和特殊传承不了解的人，可能会有各种想法和说法，这一点也情有可原。就好比密宗传承中的“持明表示传”，一般人就无法想象。其实它跟禅宗心心相印的方

[10] 由于年代过于久远，如今在汉地文献中，很难查到吉祥门的具体位置。只有从历史和许多大德的教言中了知，此处应该位于现在的西安。

式很相似，在禅宗中，依靠上师的一个表示或一个话头，有缘弟子即可当下开悟。同样在密宗里，比如莲花生大士对弟子直指虚空在哪里，有缘者也能马上明心见性，这就叫持明表示传。但作为学术研究的人，要想搞明白其中的奥秘，了解他们的证悟境界，可以说望尘莫及、难如登天。因为学术都建立在六根的基础上，可是超胜的境界，没办法以六根触及，假如你没有一种信仰、没有一种信心，那再怎么研究也只是盲人摸象。

现在经常有人说："传承有什么用？念经有什么用？这些都是多余的！"他们只看外物，不讲内在，其实是不合理的。以前弘一大师就举过一个例子，说明了内在有时候比外在更重要。他说用一块普通的布做成国旗，当升旗的时候，人们需要恭恭敬敬向它行礼。这种行为能否说是迷信呢？肯定大家不会承认。同样，对于一般文字写成的佛经，用学术眼光来看它，似乎跟世间文章没什么差别，但它确实有一种不共的加持，对此我们只能用心去感受，肉眼是根本看不出来的。

四、虹身成就与汉地的渊源

还有，像藏密中的"虹身成就"，很多学者也无法理解

和接受。但即便如此，它也是真实存在的，而且在汉地还曾发生过。



比如，中国第一位比丘尼净捡，是晋朝人，她 70 岁要圆寂那天，就不舍肉身直接飞往清净刹土，跟虹身的最高境界完全一样。这是非常真实的事，后被梁代高僧宝唱编入了《比丘尼传》[11]。以前隆莲法师讲《心经》时，也引用过这

---

[11] 《比丘尼传》，梁代高僧宝唱撰，是晋、宋、齐、梁四朝著名的比丘尼六十五人的传记。《比丘尼传》云："晋竹林寺净捡尼传一：晋土有比丘尼亦捡为始也。当其羯磨之日，殊香芬馥，阖众同闻，莫不欣叹加其敬仰。善修戒行志学不休，信施虽多随得随散，常自后己每先于人。到升平末，忽复闻前香并见赤气，有一女人手把五色花自空而下。捡见欣然，因语众曰：好持后事，我今行矣！执手辞别，腾空而上。所行之路有似虹霓，直属于天。时年七十矣。"

个公案。假如有人说藏密的虹身成就不合理，那么这段历史又当如何解读呢？

还有，中国第一位比丘朱士行，我前段时间讲《般若摄颂》时也提过，他千辛万苦翻译的《放光般若经》，又被称为《虹化经》的简本。他本人经过多年的修学，深刻领悟到此经蕴含的虹化圣义，后来圆寂时出现的许多瑞相，也说明他在虹身方面有所成就。

五、怎样通达藏密的思想精髓

因此，有些人对藏密的诸多误解，一定要尽可能遣除。假如你想深入了解藏密，则可以通过两种方式：一是文字上的，一是修行上的。当然，后者依靠有次第的修证，内心对密宗精髓的体会，远远超过了前者的字面理解。

你们在座的有些人，若想修持藏密的话，首先应该从加行开始修。按照大圆满的传统，加行分为共同加行、不共加行两种。共同加行是观修人身难得、寿命无常、轮回痛苦、因果不虚，这些道理，要靠依止善知识才能通达。而且，修行最关键是要有一种信心，否则，就算你精通了千经万论，道理讲得夸夸其谈，内心也不会有真实收获，反而很容易变

成“法油子”。

在藏地，一般人都明白，纯粹以学术研究写的书，与内心有所证悟写的书，二者可以说有天壤之别。就像有些高僧大德，因为前世的善根非常深厚，今生不需要苦思冥想、殚精竭虑，自然就能流露出很多智慧法语，这是一般人无法企及的。我的上师法王晋美彭措，即是如此。我依止他老人家接近 20 年了，他是我一生中最佩服、最敬仰的人，我虽然也遇到过国内外不计其数有智慧、有悲心、有才华的人，但上师的境界确实无与伦比。我这样说，并不是故意赞叹自己的上师，而是站在非常客观的立场上，以公正的态度来评价的。我们很多人写书时，需要翻阅大量资料，构思很长的时间，而他老人家根本不用做这些准备，写什么都是短短的时间中一挥而就，智慧犹如源头的活水般源源不绝。

记得 1990 年上师去印度时，当时显现上眼睛不好，看不了任何文字。但他老人家给高级佛学院演讲时，引经据典信手拈来，包括《华严经》、《法华经》的很多教证，也是一大篇一大篇地背下来。讲完之后，我们几个弟子对照原经文，发现竟然完全一模一样。这种智慧，普通人再通过怎么样的勤修，也不可能短时间就获得，它在藏传佛教中叫“意伏藏”。不知道你们研究过没有，伏藏是藏地最殊胜的一种法要，特

别特别稀有。以前美国波士顿、华盛顿有几个博士，专门研究藏传佛教的伏藏法，但可惜的是，这方面的汉文资料现在不是很多。

其实所谓的“伏藏”，是往昔莲花生大士为利益后世众生，将许多珍贵无比的佛法，以神通隐藏在神山、湖泊、虚空等中，并授记后来的某些大德进行开启。这些大德到了授记的时间，就会前往埋藏伏藏的地方，直接取出一些小小的宝箧，通过空行文字的提示，他们便能打开自己的意伏藏，心中自然流露出许多仪轨、法义，用文字写下来的话，足足有好几函，用现在的话来讲，有好几十本书的内容。这些读起来，绝不像分别念所写的东西，而且里面的修法极为殊胜。所以，具有证悟的人所体会到的佛法境界，跟学术研究的人截然不同。

刚才我也讲了，假如你想真正了解藏密，就要先修持加行，从人身难得、寿命无常修起。修完了这些共同加行后，还要修不共加行，即皈依、发心、忏悔、供曼茶、上师瑜伽，以及破瓦法。这些加行需要修很多年，等自己生起了稳固的境界，才能再进一步修持更高的密法，如生起次第、圆满次第，玛哈约嘎、阿努约嘎、阿底约嘎等等。

这些甚深修法，我以前翻译过不少，尽管一再强调过不能公开，但有些地方还在偷偷地卖。不过卖了也不要紧，没有得到传承、尤其是没有信心的人，就算手里拿到了法本，也会觉得跟其他法本一样，并没有什么特别之处。就像《六祖坛经》，人人都可以看，但没有缘分的人看了，觉得跟《道德经》、《圣经》没多大差别，而有缘者看了之后，有可能当下就会开悟。



尤其是宁玛巴的大圆满，我多年来通过长期研究，觉得它确实能够直接断除烦恼，直截了当地揭示了佛陀的密意。这样的法门在末法时代，的的确确难遭难遇。你们想要修持的话，必须先得过灌顶，并修完了加行才可以。有了这样的基础，在具德上师的指导下，依靠自己的信心和精进，很容易就能通达甚深境界。

这些年来，由于语言、交通、历史等原因，很多大学生对藏传佛教、尤其是密宗的误解特别多。前不久我去香港中文大学，在点评一些佛教论文时，就直言不讳地说了：“现在很多大学生有这样的信仰、对这方面感兴趣，非常好。但有点遗憾的是，你们对藏传佛教认识得还不够、了解得还不深，文中描述的唐卡文化、尸陀林、人骨法器，只是以一种好奇心来看待，并不明白它背后的甚深涵义。”

藏传佛教中的任何历史、任何修行，实际上完全都经得起推敲，它是被无数典籍和前辈大德所印证过的，绝不像民间一些神神道道的宗教。大家若想真正通达，不能知道了一点点就自以为是，而需要各方面的深入了解。

今天我也没做什么准备，想什么就说什么了。下面看大家有什么问题，我们可以互相探讨一下！

附：

陕西师范大学问答

『 2011年11月9日下午 』

（一） 问：我是历史文化学院的博士后，经常看您讲的《入行论》和《藏传净土法》，很荣幸有机会向您当面请教。

现在汉地和藏地弘扬净土都很广，汉地净土宗的教典是“五经一论”或“三经一论”，请问藏地净土宗的教典主要有哪几部？这些是不是完备呢？

答：你的问题很好！我们藏地净土宗的依据，主要也是净土经。汉地的“五经一论”是《阿弥陀经》、《无量寿经》、《观无量寿经》、《大势至菩萨念佛圆通章》、《普贤行愿品》，以及《往生论》。这是汉地个别大德归集的，藏地虽然没有这种说法，但我对“五经一论”还是很有信心。

我们这个人身很难得，所以在短暂的人生中，我很想把

“五经一论”讲一遍。到目前为止，我已经讲了《阿弥陀经》、《无量寿经》、《观经》、《大势至菩萨念佛圆通章》，还剩下《普贤行愿品》和《往生论》没讲。如果没有死的话，这两个一定要完成。

藏文的《大藏经》中，实际上也有《无量寿经》、《阿弥陀经》，但可惜的是《观经》没有。假如因缘具足的话，尽管我翻译得不一定很好，但不管怎么样，为了自他将来能往生净土，创造这样一种因缘，我准备把《观经》译成藏文。

藏地的很多大德，修净土主要依于《无量寿经》和《阿弥陀经》。宗喀巴大师、麦彭仁波切，以及萨迦派、噶举派的诸位祖师，都有各自的修法仪轨，这方面的理论和窍诀也相当多，包括一些伏藏品中比比皆是。因此，藏地、汉地在往生的依据和方法方面，并没有太大的差别。

问：净土宗的目标就是往生，但往生的条件，很多法师讲得不一样：有人说要念到一心不乱，念到一心清净；有人说往生没有条件，阿弥陀佛平等救度，只要相续称念就能往生。不知道哪种说法正确，您怎么看待这个问题？

答：关于往生的条件，在藏地也可谓众说纷纭。但我

在讲《观经》的过程中，发现最后提到“九品往生”时，佛陀讲了往生需要的不同因缘。我看了“下品下生”之后，觉得条件并不是很高[12]，好像自己也有一种把握，还给很多藏族人都讲了。所以，我很想翻译这部《观经》，谁好好念佛的话，应该都有这个机缘。

当然，藏地也有一种说法，往生极乐世界必须具足四种因：观想阿弥陀佛及清净刹土、积累资粮净除罪障、发菩提心、发愿回向。也有极个别大德要求一心不乱，但若想达到印光大师说的那种“一心不乱”，作为凡夫人来讲有一定的困难。

我自己认为，按照《观经》后面所讲的条件，既然造了五无间罪的人，都有往生的机会，那我们很多人只要好好地念佛、好好地发愿，应该也能如愿以偿。

值得注意的是，“念佛”并不是有些人认为的，只要口里念念“阿弥陀佛”就行了。“念”字的结构是“今”加“心”，

---

12 《观经》云：“下品下生者，或有众生，作不善业五逆十恶，具诸不善，如此愚人以恶业故，应堕恶道，经历多劫受苦无穷。如此愚人临命终时，遇善知识种种安慰为说妙法，教令念佛。彼人苦逼不遑念佛，善友告言：汝若不能念彼佛者，应称无量寿佛。如是至心令声不绝，具足十念称南无阿弥陀佛。称佛名故，于念念中，除八十亿劫生死之罪。命终之时见金莲华犹如日轮住其人前，如一念顷即得往生极乐世界。”

也就是指当下的一念心，所以它跟心有一定的关系，心里观想是最关键的。我看汉地的很多经论中也说，念佛不仅要口念，更要心念，若能如此，积资净障后一定可以往生。

问：有个大德开示说：念 7 遍阿弥陀佛心咒，等于诵了 1000 遍阿弥陀佛名号。这个有没有经典依据呢？因为汉地“五经一论”中都讲名号，好像没有说过心咒比名号还殊胜。

答：你这个问题应该问他，因为是他说的，应该请他来回答。（众笑）

我个人的看法是，这种依据没有看到过。尽管许多经论中讲了念名号有什么功德，念心咒有什么功德，但并没有说念心咒的功德就大。当然，我没看到也不一定就没有，所以最好能找他问问。

（二）问：我是宗教研究中心的硕士。您刚才讲到，学术研究和修持所得的结论不一样，那么请问，学术研究能不能与修持很好地结合起来？

答：二者是可以结合的，在我们藏地，这叫做闻思修行。“闻”就是先听受道理；“思”是再思维其中意思；“修行”是将所了解的意思于实际行动中行持。学术研究应该包括了“闻”和“思”两方面，不过后面的“修行”，很多人却没有。

比如藏密修法中讲的“寿命无常”，不少人认为这非常简单，甚至已经学佛很多年的人，也觉得没什么可修的。但你若去真正观修，才能感受到一刹那、一刹那的无常，这并不是口头上说说、文字上写写，而是发自内心的深刻体会。

在学术方面，历史性的东西，一般也没什么可修的，知道这件事就可以了。但有些窍诀性的修法，比如宗喀巴大师讲的出离心、菩提心、无二慧，这是学佛最根本的，你必须要长时间修行，才能完全通达。所以，佛教的有些教义若想彻底领悟，没有一定修行是不可能的。

问：我看到很有名的一本书叫《西藏生死书》，但翻了好几遍，始终都看不进去。我想得到您的一些指点，或者您对那本书有什么看法？

答：《西藏生死书》，你实在看不进去的话，我也想不

出什么好的办法。

这本书，实际上在国内外受到很多人的欢迎，我也看过它的汉文本，看了之后的感觉是什么呢？这就是莲花生大士的中阴窍诀，然后再加上作者与根本上师的对话、某某西方人得癌症的故事，穿插一些现代人喜欢听的、比较关心的道理在里面。

大家都知道，中阴窍诀在西方非常受欢迎。因为他们很多人身体不舒服、心情不舒服，尤其是最后面对死亡时，都有一种恐惧感，而中阴窍诀所揭示的道理，正好可以消除这种心态。鉴于此，索甲仁波切把中阴法门的某些内容，与现代人的心理结合起来，然后编成了这本书。

《西藏生死书》，我认为有两个特点：第一、作者对上师有非常大的恭敬心，处处提到了他今生所得到的知识，全部来自于上师的恩赐，从头到尾都在感恩上师，这是最感人的地方；第二、它将佛教的原始教义，融入当前的生活中，然后展现在有缘者面前，这也是相当难得的。所以，如果你不是特别困难，最好还是能再看看，也许慢慢就看进去了。

（三）问：我是陕西师范大学教育学院的博士后。

对于佛教这一块，坦率地说，我是门外汉，所以借这个机会我想请教您：从藏密的视角出发，当前中国教育的主要问题表现在哪里？该如何来解决？

答：从藏密的视角出发，对教育没有什么太多的看法；但若从佛教的思想出发，当前教育的的确确存在一些问题，究其原因，主要是没有注重道德培养，像前不久刚发生的“小悦悦事件”，以及“13 亿人扶不起一个老人”，都足以说明这一点。

在古代，教育非常重视“德才兼备”，一个人要先立“德”，再培养“才”。而现在的教育，光是重视一个分数，忽略了教育的核心是做人，以至于学生们学了十几年以后，从来没想过怎么样服务社会，怎么样孝顺父母。包括有些老师，有时候连做人的基本原则都没有。这些应该是源于“文化大革命”的影响，以后进行一些改革是很有必要的。

这种改革，其他改不了也不要紧，但至少应把德育放在首位，这样的教育才有希望。我作为佛教徒，始终都是这样认为的；老一辈懂传统文化的人，应该也会这样想。所以，现在很多人对教育还是比较关心的，只是有时候也无可奈何。



（四）问：我是宗教中心硕士三年级的学生，学的是宗教学理论专业。今年我在兰州开会时，有个学者说：当今世界宗教传播有一个趋势，就是“天基东渐、藏密西行”，即天主教和基督教向东方国家传播，藏密向西方国家传播。我想请问一下，藏传佛教在阿拉伯国家的传播情况怎么样？

答：藏传佛教在20世纪时，就传播于西方国家。汤恩比博士曾说：“将来后人回顾20世纪的发展，会发现比任何事项更轰动、更有意义，其重要性甚至超过原子弹、氢气弹及科技的，那就是佛教传入西方。”这是他的原话，从这段语言来看，西方本是个基督教非常兴盛的国家，但由于藏传佛教的调心方法相当好，所以在那里受到了极大尊重。

其实，一个人不管名声、财富怎么样，终究也躲不过生

老病死。很多科学家和政治人物，最后面对死亡时，一切身外之物都派不上用场，在这种情况下，唯有佛法才是最需要的。

至于藏传佛教在阿拉伯国家，到目前为止据我所知，弘扬得并不是很广大。而前苏联、蒙古、新加坡、马来西亚、澳大利亚等国，如今在各大院校中却可以经常见到。前不久我看了一下美国各所大学，发现耶鲁、哥伦比亚、哈佛等 17 所大学，都设有藏传佛教的研究中心。我们佛学院也有美国的博士后出家，我问了一下，说是根本不止 17 所，凡是他们去过的学校，都有不同层次的研究机构。

所以，这些国家对藏传佛教的研究，并非等闲视之，而是相当重视。但在阿拉伯的话，也许有一些中心或仁波切，但不知道具体情况怎么样。

（五）问：我是宗教中心的硕士。藏密有很多护法神，在一些学术著作中，他们的记录、分类很详细，但在原典的查询中，出处和起源等记载却很少。请问，护法神是怎么回事？关于他们的记录，平常都出自哪里？

答：护法神的话，其实在汉地的佛教历史中也有，就

像伽蓝菩萨等。而在藏传佛教中，尤其是伏藏品里特别多。包括昔日莲花生大士初来藏地时，受到当地很多妖魔鬼怪的阻碍，莲师一一加以降伏之后，他们在莲师面前承诺要护持佛法，从此也变成了佛教的护法神。

当然，这要在信仰的基础上，才比较容易接受。有了信仰的话，你会发现藏地的护法神特别特别稀有。比如，从历史上看，第五世达赖喇嘛圆寂之后，第司·桑吉嘉措秘不发丧，把这件事保密了 15 年之久，一直到第六世被认定出来，这即是遵循了护法神的指示。

而且，我自己的切身体会中，也有不少这样的经历。以前我随上师去不丹时，紫玛护法神降临在一个人身上，那个人本来不懂藏语，但护法神降临之后，他可以用非常流利的藏语来跟我们沟通。那时我就在旁边，上师给护法神灌顶时，我身体也有特别多的感应。当然，这些感应给没有信仰的人说，他们会觉得我是在说谎，但你认可也好、不认可也罢，事实就是这样。

关于护法神的出处、记录，藏地有大量的护法典籍，但现在译成汉语的不太多。

（六）问：我是硕士三年级的学生。印度的大乘佛教中，中观与唯识虽有不同，但后期二者有汇流的趋势，形成了中观瑜伽派。可这些后来传到藏地，据我有限的了解，像宗喀巴主要是站在中观的立场上；近代的时候，记得内地的法尊法师也是如此，甚至对唯识思想有驳斥的倾向。这几年国外研究中观的学者，似乎也受这方面的影响。那么在您看来，整个藏传佛教到今天为止，对唯识思想是什么看法？

答：藏传佛教并不是对唯识不满或排斥。当年唐玄奘在印度依止了好多唯识的上师，他把佛法带回汉地之后，汉地历来对唯识都比较重视。表面上看来，好像汉传佛教重视唯识，藏传佛教重视中观，互相会不会有一些矛盾？但事实上并非如此。

在藏地，宗喀巴大师在有些论著中，尽管对唯识有一些破斥，但并不是破掉它的教义，只是对随理唯识和随教唯识的有些观点，比如观察胜义谛时，还承认有一个明心不空进行了驳斥。

当然，若按照第三转法轮如来藏的本来面目来说，承许有个明心也是可以的。但唯识宗显现上并没有这么说，只是说在胜义中明心真实存在，这样一来，通过中观正理一观察，

这种观点就站不住脚了。

不过，这种破斥也是在胜义中破的；而世俗当中，包括宗喀巴大师在内，谁都承认万法唯心。就像《十地经》、《成唯识论》中所说，一切法确实是唯心所造。

问：您个人对中观、唯识之间的关系，又持什么样的态度呢？

答：我个人认为，唯识和中观之间，没有任何冲突，没有任何矛盾。

前几年，我翻译过麦彭仁波切的《中观庄严论释》，在这部论典中，就揭示了中观与唯识互不相违的密意。唯识和中观是大乘佛教不可缺少的理念，这一点在《中观庄严论释》里讲得特别细致、清清楚楚。

希望你们有时间也看一看，尽管《中观庄严论释》中一些细微的理证比较难懂，但学习了以后才知道，中观是站在什么角度来建立自己的理论？唯识又是站在什么立场来建立自己的观点？二者的不同点和相同点，可以说一目了然。

（七）问：我是来自青海的藏族学生，是宗教研究中心的博士。在我的家乡——青海省海南州同德县，有个妇孺皆知的事情，就是当地香赤寺的大堪布才旺仁增，在 1958 年要被批斗的路上，直接不舍肉身，飞往清净刹土了。对于这一现象，我们不知道是怎么回事，想听听您的看法。



答：我们藏地确实发生过这样的事情：堪布才旺仁增，他是佐钦派的，1958 年时，同德县要召开一场批斗大会，批斗的对象就是堪布本人。从监狱到批斗现场要绕过几座小山坡，因为腿脚不方便，堪布被捆得结结实实，坐在一头牛的背上。但在去的途中，令人难以置信的是，突然出现一阵狂风，堪布一边念咒语一边飞起来，在空中飞得越来越高，最后竟然飞走了。

原本我对此不太相信，包括我们学院的大堪布——慈诚罗珠堪布，也怀疑这到底是真是假。有一次，我从美国还是新加坡回来，给他买了一块 SEIKO 手表，这个牌子当时在

国外比较好。过了一段时间，他的手表就不见了，我问他："你把手表扔哪儿了？"他说："我把它换成路费，包了一个车，专程跑到青海去调查才旺仁增喇嘛的事了。"

当时，当地有几个见证人还活着，他们有些不敢说，不敢接受堪布的采访；有些还可以，因为政府方面的人已经退休了。堪布就一个一个去访问，并将此作了摄像、录音，结果证实这的的确确发生过。当年押解才旺仁增堪布的那些人，目睹了这件事后特别惊讶，但到了批斗大会上，他们也不敢说出真相，只好说堪布在路上死了，而且尸体已经埋了。

慈诚罗珠堪布回来之后，还专门写过一篇文章[13]，希望你们好好地看一下。当然，这在一般人看来，确实不可思议、难以想象，但就像我刚才讲的净捡比丘尼的故事一样，大成就者的示现并非凡夫人所能揣测。其实藏地还有很多这样的故事，有位大成就者叫阿尼满莫，她和她的眷属也是不舍肉身，直接飞往了清净刹土。这样一讲，不少人可能不相信，但不相信也没办法，它的确是这样的。

问：在汉地，昔日伴随着《金刚顶经》的流传，唐密

[13] 详见《光天化日、众目睽睽之下的肉身突然飞空失踪——对一桩发生在44年前的肉身神秘消失事件的调查》。

也在不断地发展。那么在藏文经典中，不知道有没有这部《金刚顶经》？您能不能简单介绍一下唐密的修法？

答：密宗分为外密和内密，从修法来观察，唐密应该属于外密。外密指事部、行部，主要是在自己前面观想佛陀发光等。唐密的许多观想和仪轨，基本上都是这样，与内密的修法不太相同。

《金刚顶经》，是唐密重要的一部经典。我曾查了藏文的《大藏经》，没有找到这部经。不过也许是有的，可能不在“经典”中，而是在《大藏经》以外的“续部”里面。

（八）问：我是宗教研究中心硕士三年级的学生。藏传佛教中强调依止上师，这是否与佛陀要求的“依法不依人”相违？您是怎么看的？

答：并不相违。佛经中讲“四依”时，是提到了依法不依人。表面上看来善知识是人，好像不能依止，但实际上不是这个意思。

藏地的麦彭仁波切，曾造过一部论典叫《解义慧剑》，我以前也翻译过，里面对“四依”就讲得比较清楚。其实，

依法不依人的意思是，我们在修行的过程中，关键要依止佛法所讲的内容，比如修出离心、菩提心。如果一个人的名声不错、很有财富、粉丝也多，但他讲的却与经论不符，那要听他的还是听经论的呢？肯定要听经论的。

当然，若想真正“依法”，首先要依止一位具法相的善知识，这是必需的一个前提。否则，就会像《华严经》中所说，假如没有善知识的引导，你再怎么样有智慧，也不可能精通佛法的真谛[14]。那么如此一来，有没有依人不依法的过失呢？是没有的。因为甚深的佛法若不依靠上师指点，单凭自己的智慧，肯定无法揭开它的神秘面纱。

现在有些人说：“藏地修皈依时，还要皈依上师。我们汉地就不需要，只是皈依三宝就可以了。”这种说法不合理。其实汉地也有四皈依，像唐朝的《瑜伽集要焰口施食仪》里，就清清楚楚提到了“皈依上师、皈依佛、皈依法、皈依僧”。

汉地不少人皈依以后，特别喜欢办皈依证，我们藏地一般没有这种传统，只要是三宝弟子就可以了，并不需要办什么证。你皈依的对象，可以有三宝总集的上师，也可以直接是三宝。但不管是哪一种，我们都应该明白，佛教就像世间

14 《华严经》云：“佛法无人说，虽慧莫能了。”

的大学，它的教学内容很重要。这个内容相当于佛法，而佛法依靠谁来指导呢？就是上师。如果没有上师，相当于学校没有老师一样，它的教学内容再好，也没办法让很多人接受。所以，这之间的关系应该这样来了解。

问：就我个人浅见，藏密任何一个修法都是系统性的，譬如会有一些前行，还要依据各种各样的经典。那么，藏地传来的金刚萨埵修法，它要求的前行是什么样的？

答：金刚萨埵的修法，有简修和大修两种。如果你修的是简修，则可像唐密那种观修方法一样，观想一尊单身的金刚萨埵，在他面前好好地念忏悔，然后他发光照射自己，消除自己的一切罪障。这不需要灌顶和很多前行，直接修就可以了。汉传佛教中也有这种情况，像楞严咒的话，就是念咒语、观想佛陀。但你若要更深层地观修，就必须依照《前行》中所讲的，先打好人身难得、皈依、发心等基础。

通常而言，我们藏密的每一个仪轨，前面都有皈依、发心，然后正式修行，最后要作回向，这就是它的系统性。因为要修这个法的话，首先应该是皈依三宝、对佛教有信心的弟子，然后还要为了一切众生而发心，在这基础上才可以修。

（九）问：我是这所学校的老师，对藏传佛教非常尊敬，觉得它是神圣的宗教。我这里有一个问题：时轮金刚的教义，是什么时间、从什么地方传到西藏的？在西藏是如何发展的？

答：时轮金刚，是释迦牟尼佛涅槃的前一年，于藏历的 3 月 15 号，在印度南方的米积塔，为有缘眷属传讲的。有人总认为佛陀没有讲过密法，实际上，时轮续部就是佛陀亲口所说的密法。

米积塔特别大，我在 1990 年去朝拜过，印度政府一直保护着这个地方。昔日龙猛菩萨为了保护它，也曾用石头修了一个围墙，但后来印度的佛教被回教所毁，这些石墙就基本不复存在了。

在我们藏地后弘时期（距今 984 年），时轮金刚的法要，被一些译师译成了藏文。时至今日，格鲁派、宁玛派、觉囊派等教派，关于时轮金刚的灌顶、修法、续部，仍保存得相当完整。尤其是觉囊派，对时轮金刚的修法特别重视。我们宁玛派的全知麦彭仁波切，也造过一部一千多页、上百万字的《时轮金刚大疏》。我的上师法王如意宝，1986 年还为好几千人作过时轮金刚的灌顶，当时大家都特别欢喜。

时轮续部，主要是将人体内在的气脉明点与外在的器世界结合起来，圆满宣说了人和宇宙之间的关系。在藏地，时轮金刚弘扬得特别广泛，各个寺院都有它的法本、修行、仪轨等。包括它的标志，挨家挨户的门口也都挂着。



（十）问：我是心理学的硕士，后来又读了哲学的博士。原先我很喜欢西方哲学，把德国黑格尔的小逻辑，作为自己的指路明灯。但自从进入佛教因明这个世界后，有很强烈的一种亲近感，并仔细研读了《因明正理门论》和《因明入正理论》这两部著作。

现在国内有些学者，尤其是学术界，只承认因明中的现量和比量，顽固地不承认圣教量的作用。对此我也写了一些文章，对他们提出很多质疑，有些已经发表了。其实，如果细细研读《正理门论》，就会发现圣教量一定是占有很重要的位置，而且与现量、比量是一致的，不能分开来看。请问上师，对于圣教量，您的观点是什么样的？

答：很好！你们这个国家教育部直属的高等院校，还是很有特色的；大家研究佛教后提出来的问题，也是经过思考的，很有意义和价值。你刚才提的这个问题，确实值得我们思考！

一般来讲，逻辑推理有胜义、世俗两种。胜义的逻辑推理，就是龙猛菩萨的观察方法，这跟你讲的黑格尔的辩证法也有相似之处。前苏联的著名学者彻尔巴茨基（Th. Stcherbatsky，1866–1924），就曾说："在黑格尔辩证法和龙猛菩萨的辩证法之间，可以发现亲切的类似。"不过，我也喜欢翻黑格尔的一些书，发现他跟龙猛菩萨相似的，只是某个层面上的，他并没有契入更甚深、更究竟的万法本质，不可能达到龙猛菩萨《中观根本慧论》的那种深度。

关于藏传佛教的因明思想，历来在藏地就特别活跃。其实，学习因明并不是为了吵架，也不是为了争个我赢你输，而是通过辩论来净化人心，从根本上遣除内心的一些疑惑。现在汉传佛教也好、南传佛教也好，好多佛教团体若也能有因明的基础，很多问题就不会模模糊糊了。

在学习因明的过程中，不少人认为只有比量、现量合理，却根本不承认圣教量，这种观点确实不对。其实圣教量是比

量的一部分，但若想让对方接受圣教量，就一定要学习《释量论·成量品》。最近我正在传这部论典，里面一一论证了为什么说释迦牟尼佛是量士夫？为什么说佛讲的都是对的？怎样证明佛是真语者、实语者、不诳语者？

当然，这个论证方式有两种：一是格鲁派大德阿拉夏丹达，他很早以前专门写过一部论典，叫《证成世尊为量士夫》，先证明释迦牟尼佛的佛法是真理，之后以此来成立佛陀为量士夫；或者也可像《成量品》中所讲的那样，先将释迦牟尼佛成立为量士夫，然后推出他所讲的完全是真理。但不管是哪一种论证，都将《集量论》的顶礼句"敬礼成量欲利生，大师善逝救护者"，作为成立释迦牟尼佛为量士夫的依据。

所以，若想让别人承认圣教量，先需要通过一些推理来论证。否则，你光说佛陀是真语者、实语者，信仰佛教的人可以承认，但不信佛的人就很难接受了。

（十一）问：我是德国曼汉姆大学的老师。藏传佛教在西方特别有吸引力，在德国的传播，特别是80年代比较成功，为何它这么容易就能被大家接受呢？

答：藏传佛教如今在德国、英国等西方国家，确实很



有吸引力。究其原因，主要是藏传佛教的教义非常实用，它并不完全停留在理论上，也不是搞一种学术或形象化，而是依靠前辈大德的窍诀，有很多断除烦恼的方法，比如修菩提心、大圆满的直指心性，又简单又易行，所以传播的速度比较快。

我那天看了一下，单单在美国波士顿这一个城市，藏传佛教的中心就有三十多所。由于藏传佛教清净的传承、殊胜的窍诀、简单的仪轨，再加上对闻思修行特别重视，故而很容易被人们接受。

相比之下，现在不少地方的佛教，完全成了一种形象。很多人经常问我："磕头是不是佛教？烧香拜佛是不是佛教？"我说这只是佛教的一种形象，并不是它的真正教义。

它的教义是什么呢？就是修菩提心等。学佛要从心上安立，不是表面上办个皈依证，就自认为是佛教徒了；形象上穿个僧衣、剃个光头，就自认为是出家人了。

如今很多人也不是什么傻子，他们还是真实受益了，才愿意接受藏传佛教。包括汉地有些大学生，他们之所以愿意学佛，也是发现佛教对自己真正有利。否则，没有一点利益的话，只是给他们讲些故事，那谁都不需要。

我们作为一个人，难免要面对烦恼、痛苦，倘若通过藏传佛教的菩提心等修法，在生活中切实起到作用，任何人都不会拒绝它的。就像一个包治百病的灵丹妙药，相信没人愿意将它拒之门外。

校方代表结语：

由于时间关系，今天就到这儿吧！

刚才，我们听了索达吉堪布讲的“藏密的特点及思想精髓”，主要是围绕大家比较关心的一些问题展开的。堪布对藏密的概念、历史、形成，尤其藏传佛教跟汉传佛教之间的交流，吐蕃的印度僧人跟汉地僧人的顿渐之争，这些都作了系统、清楚的介绍。另外，对于宁玛派的教法，尤其是大圆

满的传承，也给我们作了很好的开示。

讲完以后，大家又提了很多问题。这些问题的涉及面很宽，有的是纯学术问题，有的也非常尖锐，堪布对此一一作了很好的解答。假如大家以前对藏密的概念不太清楚，那么今天之后，应该就变得清楚了。

堪布这次的开示，对我们来说，是一个精彩的报告。每个人肯定各有各的收获，请以热烈的掌声来再次表示感谢——



我们宗教研究中心，从今天也可以看得出来，对藏传佛教非常重视。以前在这方面，我们研究得不是很多，我自己稍有涉猎，但没有更多地深入。那么，这次有这样一个机缘，希望以后在藏传佛教研究方面，得到堪布的支持，得到在座

各位法师、居士，尤其是学者们的支持。

如今藏传佛教在西方非常流行，它有一套严密的佛学体系，尤其在因明逻辑、般若中观等方面，保留了印度佛学的精华。咱们内地自唐朝以后，就中断了佛学的传承，但它在西藏，却保存得相当完整。不管从学术方面，还是现实中发挥宗教积极作用的方面来看，研究藏传佛教确实很有意义，希望大家也共同参与、支持，把藏传佛教这块学术领地好好研究一下。

今天非常感谢堪布的这个报告。本来是两个小时，现在已经两个半小时了，堪布非常辛苦了，真的很感谢！

来世生命及往生净土

——西北大学演讲

『 *2011* 年 *11* 月 *10* 日下午 』

主持人致辞：

首先，我代表西北大学佛教研究所，欢迎索达吉堪布来到我们学校演讲！

“索达吉堪布”这个名字，对稍微接触过佛教的人而言，可以说是如雷贯耳。我今天就不占用太多时间介绍了，如果您还不熟悉，只要打开网站，所有信息都会蹦到您的眼前。在这里，我想说的一点是，堪布虽然身现出家相，但同时还是一个大学者，著作超过上千万字，在海内外有非常广泛的影响。此外，他也是社会慈善事业的推动者，不遗余力地做了许多慈善公益活动。

我们西北大学，有佛教研究所，也有宗教研究中心，在座的许多老师和同学，都是从事宗教研究的，尤其是宗教的生命关怀研究，是我们的主打项目之一。宗教关注的，是人类的终极问题，这和生命息息相关，但生命是什么？生命有

没有未来，有没有延续？如果有延续，是以一种什么样的方式？关于这些，学术界众说纷纭，许多学者也有极大疑惑。

然而，对此问题的理论和实践，佛教界却传承了 2500 多年。尤其是藏传佛教，它源自于印度的大乘佛教。据唐玄奘的《大唐西域记》记载，大乘佛教最辉煌的阶段，就是印度那烂陀寺时期。而那烂陀寺的教法，在藏传佛教中得到了最完整的保存。今天来到这里的索达吉堪布，作为藏传佛教的传承者，他愿意把自己所掌握的佛教智慧，与所有热爱生命、对生命来去感兴趣的人们分享。



这一路走来，堪布从北大、清华、中大……如今，走到了我们西北大学的课堂。我想，今天的演讲，将不仅仅是简单而充满理性的学术讲座，也将是对我们充满启迪性的一个开示。所以，在有请堪布上台之前，请大家作一个深呼吸，

以轻松的身心，聆听这场关于生命可持续性以及生命实相的演讲——

我和大家今天交流的，是来世生命和往生的问题。这个内容，我在其他学校也作过一些开示，基本上讲了一些道理，原本打算换个题目，但学校这边说最好还是用这个。后来我就想了想，觉得对此进行再次剖析，也未尝不可。

一、对来世存在的不同态度

“人到底有没有来世”，这个问题极为重要。如果来世真的没有，我们现在随心所欲、为所欲为也可以，但来世若是存在怎么办呢？

经常听到有种说法是要“关心下一代”，其实不仅仅要关心下一代，我们还要“关心下一世”。假如从不考虑这个问题，所作所为就会非常可怕，正如佛陀在经中所言：“不见后世，无恶不造。”

如今有很多人，对佛教理论讲得头头是道，但实际上，他们往往耽著一些名相，最重大的切身问题，反而彻底给忽略掉了。要知道，人的来世非常非常漫长，它不是只有一百

年、两百年，或者千年、万年就能终结，而是长得令我们无法计算。既然时间如此之久，每个人又怎能不做任何准备呢？所以下面，我们就来世是否存在的问题，好好地作一番深入分析。

当然，今天的交流很自由开放，按照国际上的方式，我坐得最低，你们坐得很高，每个人都可以观察我，这样就不会觉得我高高在上，不管说得对不对都非要接受了。现在是 21 世纪了，无论是藏传佛教、汉传佛教，还是学术界的各位人士，都应以非常公正、客观的态度来分析问题，所以，倘若我在讲的过程中，语言上和内容上有什么毛病，等一会儿你们可以直接点出来。



关于前世后世的存在，汉文中也有一些相关文献，但藏文、英文中的资料更多。在我们藏地，大家普遍承认前世后世，假如一个人声称它不存在，人们就会觉得他的思想有问题。而在汉地，情况却与此恰恰相反，倘若一个人认为有前世后世，大家反而觉得他的精神有毛病，进而指指点点、议论纷纷。

对于前世后世的态度，你们在座的人可能分三种：认为必定存在；认为可能存在；认为绝对不存在。在这三种人当中，你自己属于哪一种？可以扪心自问一下。一般而言，我们学佛多年的出家人，有非常充分的理由，坚信前世后世决定存在；而对宗教一知半解的人，尽管了解这方面的内容，却并没有细致地去研究过，所以就容易半信半疑；至于支持无神论、唯物论的人，则肯定不承认它的存在。

假如你是第一种人，那么听了今天的演讲，只不过有点提醒作用而已，可进一步坚定自己的信念；如果你是第二种人，在听受的过程中，怀疑也许会当下遣除，但也许更加疑惑重重；倘若你是第三种人，听了以后，最好能重新考虑一下：“前世后世绝对不存在的理由，到底是不是颠扑不破？”

下面，我既不站在佛教的立场，也不站在非佛教的立场，

而是客观地与你们研究一下这个问题。通过这一堂课的交流，看大家对前世后世能不能有个新的认识。

二、怎样证明来世存在

关于来世存在的问题，大多数人也许并没有思考过，因为受环境、教育的影响，从小就盲目相信人只有一世，莫名其妙地来到这个世界，再莫名其妙地离开，人死了就一了百了。尤其是 17 世纪机械唯物主义[15]、19 世纪庸俗唯物主义[16]的相继问世，给人类带来了非常大的危害。一个城市倘若遭受原子弹、氢弹的攻击，充其量是几十万人、几百万人丧生，毁坏的只是一部分人的今生。但若是不符合真理的思想传遍全世界，所有人都疯狂地追随，开始无恶不作，那摧毁的就是人类的生生世世了。

其实，来世假如真的不存在，我们佛教徒也不会非要坚持它存在。但我通过多年的学习、研究、思考、辩论，发现

[15] 机械唯物主义认为：1、世界的存在就是机械运动。任何的存在物，包括人、动物等一切，其规律就是机械规律。2、人的个性不同，是由其身体决定的。3、独立的心理实体是不存在的，心灵只是机械运动在人的身体上的一种现象或结果。

[16] 庸俗唯物主义把意识直接归结为物质，或认为人的精神活动能力只不过是脑物质的分泌物，或认为思想就是脑髓质的位移。他们对自然界和人类社会的解释，具有强烈的机械论和社会达尔文主义倾向。

前世后世决定会有，谁想否认的话，肯定拿不出确凿可靠的依据。现在世间上也有许多人不承认来世，可是到目前为止，也没有一个人能举出令人信服的理由来。

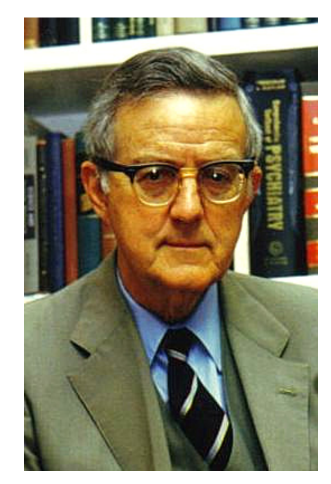
关于来世，我并不是今天才开始研究的，而是研究了将近 20 年。这个问题对人类来讲相当关键，当然，我如果用佛经中的故事进行论证，很多知识分子会认为那是神话，心中可能不以为然，所以我今天就换一种方式——你们不是对科学工作者非常信任吗？那我们就看看他们是怎么说的。

我下面所举的一些案例，当然，你不承认完全可以，但我希望每个人还是要思考一下。假如你连思考都不愿意，“不管别人怎么说，反正我就是不信”，而且又讲不出任何反驳的理由，那就有点不理智了。

现在人对前世后世的研究，的的确确特别不够。学术界在佛教方面虽然经常开会、经常讨论，可是对最根本的问题——人类来世存在与否，没有深入探索的话，这就有点舍本逐末了。其实，不承认来世就跟不承认明天一样，对于绝对存在的东西矢口否认，这只能说是人类的悲哀。我有时候看人类到了 21 世纪，各方面确实非常先进，然而该承认的真相却不承认，这到底在进步还是倒退？恐怕也值得每个人反

思。

1、史蒂文森博士研究的转世现象



近些年来，国外许多人都在研究来世的问题，史蒂文森博士（Ian Stevenson,1918–2007）就是其中一例。他是美国弗吉尼亚大学的生物化学和精神病学教授，也是国际著名的轮回研究专家。他生平所调查的转世案例，如果你不承认也不要紧，但是他严肃的态度、严谨的作风，却值得在座的知识分子进行思考。

他是怎么研究的呢？在 40 多年的时间里，他从印度开始，然后到斯里兰卡、巴西、黎巴嫩等国家，后来又在欧洲，搜集了数千个轮回转世案例，并进行了详细的调查。1966年，他从所调查的大量案例中，选取了最有说服力的二十个案例，出版了一本书叫《二十案例示轮回》(《Twenty Cases Suggestive of Reincarnation》)，当时在美国引起极大轰动。

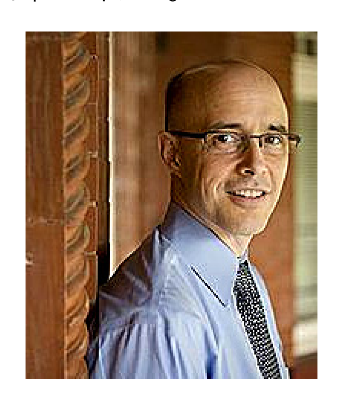
最初他接触这个领域时，完全是因为好奇心，当时依靠某基金会的资助，他去印度调查一个小孩的转世情况，并打算在那里顺便度假。可是到了印度以后，没想到小孩记得前世在印度是稀松平常的事，他刚到不久，手上的案例就发展成了 30 个。于是他在印度停留了六个星期，亲自访问所有的一手证人，包括当事人和家属，记录了大量数据，从此就一发不可收拾。

他从 39 岁开始就涉足轮回转世的研究，一直到 2007 年离开世间，终其一生都在以客观、谨慎的态度，对来世的存在进行求证和探讨。2001 年，他从弗吉尼亚大学的性格研究所退休，但仍继续研究与写作。2004 年，他写了最后一本书叫《欧洲典型的转世案例》(《European Cases of the Reincarnation Type》)，这本书也非常出名，只可惜现在没有汉文版。

史蒂文森博士一生中写了很多书，总共搜集了 2500 多个案例，全部都是真人真事。对此，他并不是道听途说、捕风捉影，而是一个一个去亲自调查，获取第一手资料。鉴于现在许多人对纯粹的佛教说法不一定认可，所以，我想专门了解一下他的观点。

今年，我们佛学院来了一批美国的博士，有些出家了，有些没有出家，还有些其他国家的留学生，大家一起共同发愿：要为世人揭开生命的真相。我们建立了一个“智悲翻译中心”，如果各方面因缘成熟，准备把英国、美国等关于前世后世存在的书籍，十几年之内翻译出来一部分[17]。

2、塔克尔博士坚信人有来世



史蒂文森博士还没有去世时，弗吉尼亚大学的塔克尔博士（Jim B. Tucker），就跟他一起研究了几年转世现象，并于他退休后继承了这项研究。

塔克尔博士刚开始也怀疑转世，但在读了史蒂文森博士的著作后，对此研究产生了极大兴趣。最近，我跟他也有一些联系。他的工作态度跟史蒂文森博士一样严谨，但不同的是，史蒂文森博士研究的主要是亚洲儿童，而他的研究重点是美国儿童。他认为，东方国家像印度、斯里兰卡、缅甸，能回忆前世的儿童特别多，后来英国也出现了，为什么美国就没有呢？于是他把研究方向改为美国，结果发现了特别多

[17] “智悲翻译中心”翻译的一些文章，在智悲佛网“佛教观察”之“佛教资讯”中已陆续公布。

的案例。

2010 年，塔克尔博士接受记者采访时，就讲了印象比较深的一例：一个美国儿童从 4 岁起，就开始讲述他的前世。他提起自己在好莱坞的生活，家里有个大游泳池，在舞台上跳舞，当演员，当经纪人，坐船周游世界等等，听起来有点像是幻想。他妈妈为了引发他更具体的记忆，就找来一些好莱坞老电影的书。当他翻到其中一页时，指着上面的照片说："这个人就是我！"

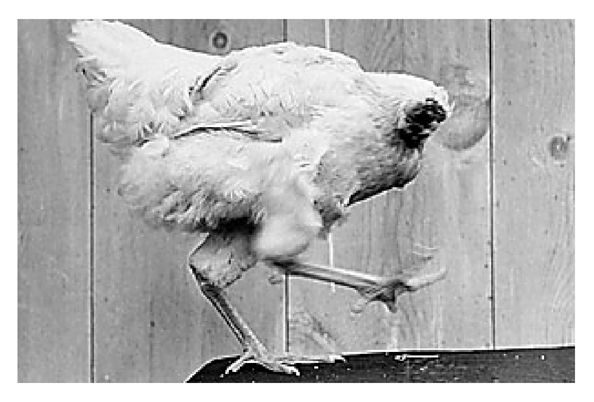
于是塔克尔博士经过多方联系，搜集到了他前世的资料，发现他在进入好莱坞当演员之前，的确是在舞台上跳舞的。后来，他确实有个带大游泳池的别墅，也做了成功的经纪人，坐船周游了世界。

塔克尔博士跟记者说："原本我根本不信人有前世，只不过是以好奇心跟史蒂文森博士一起工作。但后来开始半信半疑，现在是深信不疑了。"——当然，这些资料如今在汉文中没有，我是把"智悲翻译中心"所翻译的内容，引用了一部分告诉大家。假如你懂英文的话，看到的资料会比这更详细。

塔克尔博士希望量子力学能对转世现象作出解释，也就是如果能证明意识存在于物质以外，那意识可以传递到另一个身体的可行性就变大了。他认为，因为观察的行为破坏了波动方程，所以意识不应该是大脑的副产品，而应该是与物质分开、可作用于物质的独立存在体。他还用了一个比喻：就像电视机和电视传送，电视机可以解码信号，但并不能产生信号。同样，大脑也许是意识表达所必需的，但并不是产生意识的来源。

这个问题，希望大家也考虑一下。机械唯物主义和无神论始终认为，意识依靠身体而产生，若是如此，这在逻辑上是说不过去的。其实，我们这辈子是人，下辈子变成另一个众生，决定转生为什么身体的主因，就是自己的心。法称论师在《释量论·成量品》中讲了，心识有延续下去的功能，倘若没有遇到特殊因缘，比如获得了阿罗汉果，那心识肯定要不断延续。所以，心识是独立于身体之外的，这与塔克尔博士所讲的比喻完全一致。

此观点有非常严密的逻辑性，大家应当好好思维。其实，“意识是大脑的产物”这种说法，很早以前就站不住脚了，倘若它真的合理，那无头众生为什么还能活着？在上个世纪 40 年代，美国就有一只被斩掉头的鸡，它 18 个月都没有死。



主人觉得特别稀有，每天通过滴眼药水的小瓶，以牛奶和水混合物等喂养它，结果到它死之时，体重还增加了 8 磅多。起初，许多人认为这不过是骗局，为此，主人还把它带到位于盐湖城的犹他大学检查，证实这并非谎言。

不过，对于这类现象，现在科学工作者有一个通病：固执己见，纵然自己的观点漏洞百出，也不愿意承认。这样肯定是不合理的。实际上，如今汉地是比较缺少搜集这方面资料的人或组织，若是有的话，相信这样的案例也不在少数。你们西北大学有非常出名的佛教研究所，以后若能在这方面深入研究，必定会对人类的未来很有意义。

而且，今天在座的人当中，如果要采访的话，可能个别人也能回忆自己的前世。前几个月，我在喇荣佛教大学办了一个大学夏令营，你们这里的几个学生也参加了。当时有200多名大学生，其中好几个不但对前世存在深信不疑，而且自己身上也发生了不少奇特的经历，你们去过的同学应该都清

楚。

记得我当时还说："大学生一般非常理性，不可能描述出这样的情节来。你们这群大学生里不信佛教的，或许会觉得这是迷信，但事实上并非如此，只不过你们因为后天教育的影响，一下子很难接受罢了。"

以上我所讲的事例，也没有让大家必须相信，但希望你们对国外的一些研究，还是应该思考一下，如果没有思考的话，恐怕是不负责任的态度。对谁不负责任呢？对自己不负责任。因为假如来世真的存在，你今生却什么都不准备，没有好好地积累资粮、行持善法，甚至做了许许多多坏事，那临终时想后悔也来不及了。

你们西安，在历史上佛教相当兴盛。尤其是唐代，几乎所有皇帝都崇信佛教，因此，下至百姓、上至高官，并不会认为信佛是一种迷信。据我所知，西安是世界上第一个达到百万人口的城市，公元 664 年唐玄奘圆寂时，也就是距今 1300 多年前，送殡队伍就超过了 100 万人，足见当时的佛教多么兴盛。可是在 1300 多年后的今天，这个城市里的大多数人都不信佛教；即使表面上信一点，实际上也不承认前世后世，这是相当可悲的。

其实，你们有时候也可以想想：假如前世后世真的存在，但无数人却不知道，这是不是一种悲哀？我们获得这个人身，特别特别不容易，倘若一辈子都忙忙碌碌的，被无有意义的事情耗尽了，从来没有为漫长的来世做丝毫准备，这岂不是太可惜了吗？

3、历史上的投胎转世实验

也许个别人会说："你讲的这些看似有理，我一下子也无法驳斥，但我就是认为来世不存在！"其实这样想的，古往今来也大有人在，多罗那他所造的《印度佛教史》中，往昔就有一个人持这种观点。

记得当年在古印度，有位月官论师非常出名，他与中观宗的月称论师之间，曾有一场长达 7 年之久的精彩辩论，令后人们津津乐道。

月官论师的前世，也是一位博学的佛教大师。有一次他跟顺世外道辩论时，所举的每个道理都无懈可击，外道徒最终一败涂地。不过，外道徒仍不承认前世后世，他说："你们这些善辩的人，没有道理的也能讲出道理，我只是辩才不如你罢了。但就算你辩赢了，也不代表前世后世存在，除非

能拿出有力的证据来。”

这位佛教大师想了片刻，点点头说：“好，我将死掉，并刻意以某种方式转世，来证明轮回是存在的。请国王来作证吧，你可以得到想要的证据。”

于是佛教大师要求国王，将他的尸体保存在密闭的铜棺内。之后，他在自己的前额用朱丹作个记号，口内含了一颗珍珠，躺下来瞬间就辞世了。

由于完全了知生死的幻象，这位佛教大师立刻如他所愿，转生为当地一位班智达的儿子。幼童出生时有许多吉祥的征兆，其中包括：婴孩的眉间有朱红的记号，而且口中含有珍珠。

这一神奇的现象，引起了人们的注意，并转告国王。国王唤来那位外道徒，命人将密封的铜棺当面打开。结果，珍珠已从圆寂的佛教大师口中消失，朱丹的记号也不见了。外道徒完全信服了，带领他的弟子皈依了佛教。

或许一般人对此难以相信：“这怎么可能！他嘴里的珍珠，怎么跑到那个母亲肚子里的？”但实际上，这种现象的

来龙去脉，在佛教《四百论》的讲义中，就有详细的解释[18]。

几年前，泰国也有一女子带着护身符转世。她的前世在临死之前，右手紧握着护身符，并告诉家人她将拿着这个转世。她死后大约半年，她的妹妹怀孕了，胎儿出生时，右掌紧紧握着一个东西，打开一看，正是她的那个护身符。这种现象，按照佛教的观点，是一种不可思议的缘起。因缘具足的时候，什么都可以发生，证明人有前世后世也特别容易。

4、催眠对来世存在的佐证

此外，通过催眠的方式，也能帮助有些人回忆前世。



耶鲁大学的医学博士魏斯医生（Brian L. Weiss），曾写过一本书叫《前世今生》，这本书目前已发行了 200 多万册，被译成二十几种文字，成为国际畅销书。最初魏斯医生是坚定的无神论者，他对轮回一无所知，也毫不相信。但后来他治疗凯瑟琳的过程，却彻底改变

[18] 详见“若有宿生念，便谓我为常，既见昔时痕，身亦应常住”一偈。

了他的人生。

凯瑟琳当年 27 岁，患有多种恐惧症和忧郁症。魏斯医生对她进行了 18 个月的传统治疗，可是病情依旧。魏斯医生认为她的心理疾病，可能源于被抑制的童年记忆，于是建议她通过催眠回想这些记忆，并释放当时的负面情感，以治愈她的心理疾病。

然而，令魏斯医生始料不及的是，在催眠疗程中，他一个指令“回到你症状开始的那个时间”，使催眠中的凯瑟琳的意识回到了公元前 1863 年。那时的她，有着与现在不同的身体和名字，她记得自己当时死于洪水，而她的孩子，则被大水从她的怀中冲走……在这次治疗之后，凯瑟琳对溺水和窒息的恐惧消失了。

在以后的治疗中，凯瑟琳又回忆了十几个栩栩如生的前世，重新经历了造成她今生各种恐惧的久远原因。随着她回忆的前世越来越多，没有使用任何药物，她的一个个病症也相继痊愈了。

治愈凯瑟琳后，魏斯医生对轮回的观念有了巨大转变。这件事情过去 4 年之后，他终于鼓起勇气，冒着被同行讥讽

和影响学术地位的风险，写出了第一本关于轮回转世的著作《前世今生》，告诉人们生命的不朽和意义。我看过这本书的汉文版，现在不少明星也特别喜欢看，包括宗教界、知识界、文艺界的有些人，对此非常感兴趣。

2002 年，钟茂森博士在美国德州大学教书时，还跟魏斯医生通过电话。魏斯医生告诉他，自己迄今为止已作过了两万多个这种病例，都是用催眠的方法，帮助他们回忆前世……

三、端正态度探索未知领域

不过，个别人即便听到这些，也是要么把它看成一种神话，要么看成一种传说，完全以这种态度来对待。如此一来，不要说前世后世的案例，就算是现在社会上发生的许多事情，你也可以统统不承认。

从历史上看，人类总是不情愿接受新观念，即便已累积了相当多的证据，他们也连看都不愿看一眼，因为这抵触了他们原先的信念。但是，假如你要彻底否定这一切，就必须要有可靠的理由。倘若没有任何理由，光是说“我不承认，因为前世后世看不见”，那就实在太浅薄了。毕竟，我们看

不见、听不到的东西特别多。

现在有些人智慧十分超群，但如果没有正信引导，这种智慧也叫邪见。诚如佛经中所云：“信若无解，信是无明；解若无信，解是邪见。”意思就是说，信心若没有以智慧来辅助，很容易变成盲目的迷信；智慧若没有以信心来摄持，就会成为一种邪见。

在这个世间上，很多人总爱拿科学作为衡量一切的标尺，认为科学说前世后世不存在，那它就绝对不存在。却不知当今科学只是对物质的一种研究，对心灵领域可以说一片空白。纵然偶有涉猎，也只是略知皮毛，好多科学工作者自己都迷迷糊糊的，又岂有资格对不了解的现象妄下断言？

我以前看过一个有趣的小故事，说是第一次欧战结束后，某个国家想用科学的方法宣传无神论，于是政府在广场上筑台，邀请三位博士进行演讲。

第一位上台的是天文博士，他上台解释了许多无神的理由，最后大声喊着：“我用望远镜观察宇宙 20 多年，从来没有看见过神，所以一定没有神。”由此博得观众不少掌声。

第二位上台的是医学博士，他讲了许多人类绝没有灵魂

的道理，结尾说："我曾解剖尸体 100 具以上，仔细观察各部分，从来没有发现灵魂寄托的地方。它在心脏中呢？在脑中呢？还在血液中呢？我都解剖检验过，数十年来根本没有见到，所以一定没有灵魂。"又是掌声雷动。

第三位上台的是位女博士，伦理学家。她告诉大家："人死像灯灭。死了死了，一死就了，绝对没有天堂地狱。我曾遍读古今中外的各种书籍，都没有发现这种记载。"大家又是一片欢呼。

讲完之后，主持人向众人宣告："无论什么人，如果对这三位博士所讲的，有不满意的地方，或是要辩论的话，可以公开提出来。"等了许久，没有人提出反驳。

正要在胜利声中结束这场大会时，突然有一位乡下老太婆进到台前，对主持人说："我可以提出几个反问吗？"主持人说："欢迎之至。"

老太太问第一位博士："你用望远镜望了二十多年，你望见过风吗？它是什么形状？"博士说："用望远镜怎能看见风呢？"老太太说："这世界上有没有风呢？你用望远镜尚且看不见风，难道能用望远镜望见神吗？你用望远镜望不

见神，就能说没有神吗？”博士哑口无言。

老太太又转向第二位博士问：“你爱不爱你太太？”博士回答：“爱。”老太太说：“请把解剖刀给我用用，我要把你肚子剖开，看看你爱你太太的那个‘爱’在哪一部分？在肝里呢？在胃里呢？还是在肠子里呢？”众人哄堂大笑。

老太太再转向那个女博士问：“当你在母腹里时，如果有人告诉你：‘不久你要生在地上，有日有月有山有水，还要吃饭穿衣。’你能信吗？而如今你不只是信，还生活在这样的环境中，所以，不要因为你自己不知道，就轻易否定一切。”

这个故事虽然很短，但里面三位博士的“科学”观点，却代表了现在大部分人的认识盲区。那天就有个佛教徒，说要去寺院里朝拜，消灾延寿。他父亲不信佛，连声阻拦说：“你要相信科学，不能去！”他父亲并不知道什么叫科学，所谓的科学，也并不是裹足不前的，而需要对未知领域不断探索。假如科学对某些现象暂时解释不了，就一概否认这种现象的存在，这反而是最不科学的。

要知道，我们眼、耳、鼻、舌、身、意所认知的范畴十

分有限，佛陀在《三摩地王经》中也说，倘若一味地用这些去衡量所有事物，认为这些就是正量，那圣道又有什么用呢[19]？可是现在有些人，真的特别可笑，他们对自己不理解的，就统统嗤之以鼻。比如，魏斯博士的那本《前世今生》，有人就反对说："催眠可以回到公元前 1863 年吗？哪有这么长的时间！"单凭自己有限的知识，就怀疑一切、否定一切，这又岂是智者所为？

尤其是现在很多人，认为心识依靠身体产生，身体死了，心识也就消失了，这是特别可怕的谬论。说实在的，假如身体真能生心，那人死以后，尸体是完整无损的身体，为什么不能产生心识？假如你说因为它不具足一些外缘，那这些外缘又是什么？身体归根结底是地、水、火、风四大元素，假设身体可以产生心识，那外境的地、水、火、风中，为什么不能随时产生心识？……这里面有很甚深的一种逻辑，表面上看来似乎简单，但实际上你必须要长期学习，才能真正了解其中深意，而不是听了一堂课，或者学了一部论典，怀疑立刻就荡然无存了，马上承认来世存在，不是这么简单的！

以前我认识一位知识分子，他刚开始对前世后世也是完全不信，还跟我辩论过很多次。到了中间，因为他不是不讲

[19] 《三摩地王经》云："眼耳鼻非量，舌身意亦非，若诸根为量，圣道复益谁？"

道理的人，实在举不出理由时，也会慢慢去听、去思考，并查阅很多资料，找很多人询问。到了最后，他就完全相信了。他说："我找不到前世后世不存在的可靠依据，而前世后世存在的依据，不管是回忆前世的案例，还是佛教的教证、推理、公案，以及现在科学家的各种论述，都有许许多多、不胜枚举，对此我还不承认的话，那不是特别愚笨吗？作为一个研究哲学的人，这种治学态度也说不过去。"



可见，一个人的正确见解，可以通过正确途径来培养。今天在座也有不少人，可能也有同样的疑问，希望你们能花些时间去反复研究，而不要盲信权威的说法。前不久，我在《百家讲坛》中看到一位专家说："按照迷信者的说法，人

的前世后世存在，因果报应存在。”当时他在电视屏幕上，我也没办法跟他辩论，不然，我确实很想跟他交流一下，看他对前世后世的问题研究过没有，为什么轻易就下这种结论?

当然，现在这样的人不是一两个，而是非常非常多。你们听了今天的演讲，也不一定马上就要承认前世后世，但至少应该思考一下：“这个出家人讲的道理有没有依据？”没有依据的，你可以反驳；如果有依据，则不妨好好思维，同时，多翻阅一些古今中外的书籍，若能这样，你以后就不会犯很多错误了。不然，对自己所不了知的道理信口开河，就会如莎士比亚所说：“你可能会用生命的代价，来补偿你所犯过的错误。”

其实不管是什么身份的人，领导也好、专家也好、大学教授也好、出家人也好，如果讲得不符合真理，那就是错误，这个没什么可辩解的。所以，人类最好能早一点醒悟，不要再迷足深陷了。我特别希望在座的知识分子，以后能跟佛教界多一些交流，这样你们肯定会受益良多。

前段时间，我看到中国科技大学的原校长朱清时去藏地

8 天后，回来跟一个书法家朋友的聊天记录[20]。他讲得还是很公正，但遗憾的是，他只遇到几位藏传佛教的大德，这些大德可能因时间关系，并没有给他讲深一点的道理。但即便如此，他还是觉得到了藏地以后，自己的心灵得到了很大净化。

所以，希望大家也应全面认识自己的生命，同时要观察一下周围人的困惑。现在很多人非常可怜，每天披星戴月地拼命挣钱，人生短短几十年，就这么无有意义地打发了，实在是可惜。你们在座的大学生，有些对未来也充满憧憬，可当你真正步入社会，就会发现人生还是苦多乐少，所以，现在希望也不要太大了，不然今后会很失望的。

其实，如果对人生不了解、对佛教不了解、对真理不了解，在学校里也没有学过如何做人，就算是名牌大学的大学生、研究生、博士生，毕业后也不一定有太大价值。为什么呢？因为你根本不知道怎样为人处世，怎样帮助众生、回馈社会，若是没有这样的理念，整天只为了“我”的快乐、“我”的家人而奔波，那你再有钱、再有地位、再有才华，恐怕也没有多大意义。

[20] 详见《从藏传佛教到认知科学的崭新链接——朱清时院士对刘正成先生畅谈藏传佛教》

也许我的语言不太好听，你们在座师生又没得罪过我，为什么我一开口就咄咄逼人？其实，我也可以说一些好听的，但这解决不了什么问题。倘若通过我的这种提醒，让大家看清这个社会的本来面目，可能事先会多一分思考、多一分准备。

说实话，有时候我看到现在人们有吃有穿，自己也觉得非常开心；但有时候看到他们成天浑浑噩噩、得过且过，心里有种说不出来的苦恼。为什么呢？他们连来世存在都不知道，还自认为很了不起、很聪明，真的太可怜了！——当然，这也许是我的邪见吧。

四、略述往生净土的意义

若是有了承认前世后世的基础，那么，往生净土就不会遥不可及。尤其在汉传佛教中，历来对净土法门特别有信心。不过，俗话说："念佛不在嘴，参禅不在腿。"只是在嘴上念念佛，虽然也有功德，但这并不是很关键。最关键的是什么呢？就是心里要信仰阿弥陀佛，并发愿往生极乐世界。有了这样的信愿，然后长期修持的话，按照《观经》最后一品的观点，我们每个人都有希望往生净土。

要知道，极乐世界的安乐与庄严，是无法用语言来形容的。我们这个娑婆世界，再怎么快乐、再怎么幸福，实际上也离不开痛苦。就算你有高楼大厦，有别墅轿车，但若不懂得知足少欲，欲望的坑始终都填不满的话，内心的空虚也会与日俱增。

所以，现在人特别需要佛教的精神。尤其是藏传佛教，其究竟教义与汉传佛教并无二致，但之所以在汉地、在国外非常受欢迎，主要是它有比较直接的修心窍诀和利他行为，可以直接回馈社会。当然，藏传佛教中也有好的修行人，也有不好的修行人，这在任何宗教中都很难免。但是它殊胜的教义、传承大德的窍诀，对如今的人们来说，确实行之有效、非常实用。

因此，大家应以开放的心态来认识这个领域，研究生命科学，这对你们个人来讲很重要，对社会来讲也很重要。其实，如果想维护社会安定，人们肯定要有因果观念。有些人对“善有善报、恶有恶报”不承认，原因就是自己今生做了好事，今生却没有得到善报。至于来世有没有果报，自己从来也不管，这种想法就非常肤浅。

现在大多数人去寺院拜佛烧香，也是只盯着今生的利

益，求佛保佑自己生意顺利、早生贵子、平平安安、家庭顺利、不要吵架……这是特别狭隘的一种发愿，在佛教中连最下乘都算不上，更不要说往生极乐世界了。所以，大家以后要好好了解佛教的真谛。

当然，我讲这些，也并不是劝你们要学佛，信仰是自由的，你信也可以、不信也可以。但你如果真想学佛，就应该具有正见，不能只停留在形象上。而若想获得正见，首先要对佛教的道理，花一定的时间系统学习、系统研究，这样最后才能明白其中奥义。

总而言之，希望大家能以正见来摄持自己。倘若你真正懂得了前世后世存在，那么，发愿往生极乐世界也会指日可待！

主持人：人们关心下一代，但是否关心下一世？堪布从这个角度切入主题，从西方研究、佛经文献、推理、实证等层面，论述了下一世的生命，相信每个人听后都有不同的收获。

下面，就有请我们西北大学佛教研究所的所长、维摩学院的教授、博士生导师李利安教授，来为今天的演讲作总结

李利安教授结语：

今天非常开心，有缘能在这个时间、这个地点，非常欢喜地见到敬爱的堪布，跟大家欢聚一堂聆听开示。今世有缘，也是我们前世修福，所以应该珍惜这个时刻。

刚刚主持人让我作个总结，其实我不敢总结，只是想谈一点自己的体会。今天这场讲座的题目，是我提出来的。如果按照一般人的兴趣，可能不会提这个，更加理论、更具有学术意义的话题，或许会更吸引人。但是我比较特殊，多年来一直对此特别感兴趣，前两年组织“雁塔论坛”时，也连续多次请人来讲轮回、来世等话题。因为我觉得这个话题，对于佛教的信仰太重要了，对人类探索未知世界、特别是探索生命奥秘太重要了。所以，当我提出这个题目之后，堪布表示很愿意接受，当时自己非常欢喜。



今天下午听了堪布的开示，实在是大开眼界。因为堪布的讲法，和过去学术界具有理性色彩、论证式的讲座不太一样，他的讲座纵横古今、驰骋东西，既有西方学者的观点，

又有我们中国人的看法；既有学术界的探索，也有佛教界法师们的修行体验。更多的是堪布本人站在佛法角度上，对来世生命及往生净土这一问题的深入思考。我觉得非常流畅，非常有灵性，非常有启发！所以在这里，我代表西北大学佛教研究所，向堪布的慈悲开示表示衷心感谢！

我经常都在思考一个问题：生命到底从哪里来？到哪里去？今世在一定时空下所存在的生命，到底有没有更高级、意义更长远的存在？这些问题，每个人只要有时间静下来思考，都将会是一个问题，而不会不是问题。

我们西北大学的佛教研究所，在全国是最早成立的，但我们对生命的探索，其实还做得远远不够。西北大学这个地方，在唐朝属于太平坊，当时这里有个寺庙叫实际寺，实际寺的住持就是善导大师。他是武则天和唐高宗特别欣赏的一位人物，洛阳龙门石窟中最庄严的大佛，建筑总设计师就是他。而净土思想真正在中国扎根、被我们中国人接受，也是从善导大师开始的。

所以，西北大学这个地方严格来讲，在探索生命的意义、生命的归宿、生命的价值，特别是最终超越这一点上，有其殊胜的历史传承。今天在这样一个地点，这样一个时间，堪布非常慈悲地于百忙之中来作开示，给我们讲解来世生命及往生净土的话题，与善导大师昔日在这里住持弘法，是遥相呼应的。所以，我觉得因缘特别殊胜，再次对堪布的精彩开示，表示衷心的感谢！

附：

西北大学问答

『 2011年11月10日下午 』

（一） 问：我是陕西省社科院的佛教研究者，也是佛教研究所毕业的博士生。我想请教堪布，我们生生世世不断轮回，到底有没有最早的第一世呢？



答：我们的生命，可以说有结尾（指解脱轮回），但开

端因为极其漫长的缘故，相关佛学资料中经常说是“无始以来”。

关于“无始以来”的解释，不同论典有不同的说法：有些认为，众生最早处于一种无记法的状态，这种状态类似于虚空，但又不完全一样；有些认为，最开端是没有的，因为是无始；还有些认为，众生应该有个开端，但这个开端没有历史记载，由于时间过于漫长，才叫做“无始”。

但不管是哪种说法，正如一位大德所言，我们最早怎么样不是很重要，走好眼前的路才是关键。

（二） 问：我是西北大学的本科生。好多人总是在生命的尽头，回顾人生，才明白自己的遗憾。那我们今世的人生，主要任务是什么呢？怎样才能拥有真正的人生意义？

答：确实，不仅仅是普通人，包括历史上的一些著名人物，也会在临死时，才发现一辈子做了很多错事。在生命的长河中，有些人能及时反省这种错误，而有些人从来也没有这种机会。但不论是哪一种人，如果你真想对自己负责，就应该学会善待生命。

善待生命有几种方式：上等的，是用自己的一生为一切众生造福；中等的，为了自己而行善积德；下等的，不做损害其他众生的事，毕竟所有的生命都同等珍贵。以这些方式，可以弥补往昔所造的很多罪业。当然，这些罪业，还可以通过佛教中的忏悔得以清净。

问：人生是由谁决定的？为什么有些人的人生是快乐的，有些却是苦难、充满困惑的？

答：世间有些宗派认为，人生的苦乐由上帝赐予，或者由大自在天决定。但按照佛教的说法，人生的主宰就是自己，并不是别人来掌控的。否则，真有一个造物主的话，他让谁快乐，谁就快乐；他要谁痛苦，谁就痛苦，这是很不公平的。因为我没有做任何坏事，他就平白让我受苦；我没有做什么好事，他却让我天天快乐，这样的话，造物主可能会常常被大家埋怨。

其实，我们的人生之所以快乐，是由于过去做了善事；之所以痛苦，是因为往昔造了恶业——这个概念乍听起来，恐怕有些年轻人不接受，但它对每个人来讲至关重要。就好比你播下毒药的种子，结出来的果只能是毒药，绝不会是妙

药。同样，一旦你造了恶业，未来只能成熟苦果，而不会招致快乐。因此，种瓜得瓜、种豆得豆，这是亘古不变的真理。

所以，如果你想今生快乐、来世快乐，乃至生生世世都快乐，就尽量不要造杀生等诸多恶业。否则，只要造了恶业，它要么会在你今生成熟，要么会在来世成熟，迟早都要感受这种痛苦。这就是为什么有些人的人生充满快乐，有些人却饱尝痛苦，这一切苦乐其实都是自作自受。

藏传佛教有位大德叫智悲光尊者，他对因果曾有一个很好的比喻：就如同大鹏在空中飞翔时，影子虽然暂时看不到，但只要它一落地，影子马上就出现了；同样，一个人造了业的话，这个业力便会一直跟着他，只要因缘成熟，痛苦或快乐即会当下现前。这是非常深奥的因果道理，希望大家能经常思维。现在很多人没有因果观念，只要肚子填得饱，日子过得舒服，其他什么都不顾，这种社会现象是特别可怕的。

（三）问：我是佛教的业余爱好者，读过一些佛经，对轮回转世特别感兴趣。因为一方面来讲，轮回转世和我们息息相关，到底有没有轮回？有没有来世？这关系到每个人的切身利益。再一个就是，轮回转世的理论，对佛教来讲是

个基础，如果没有轮回转世了，佛教的其他理论也就变成空中楼阁了。



关于轮回转世的证明，刚才您也讲了一些案例。但现在的证明，好像都是基于案例。案例总是有限的、不普遍的，就算搜集了上万个案例，跟人类总数相比，也只是少数。所以，单凭案例很难让大部分人心悦诚服，可能需要一些理性方面的证明，来弥补这个不足。请问堪布，您在这方面有没有开示？

答：我们建立任何一个理论，都需要两种方式：一种是理证，也就是逻辑论证，在藏传佛教中叫“因明”。因明中对轮回转世的证明，最尖锐、最根本的一种推理，就是死时心的最后一刹那延续存在[21]。如果你对这个不能反驳，那

[21] 这样说的理由，在《释量论》中有细致入微的剖析。

不需要其他的，这个理论就已经成立了。

第二种方式，即是案例。实际上，如果你没有能力推翻这些案例，那这个理论也是成立的，我们不得不承认。

要知道，一个理论能否成立，不是看多少人愿意接受它，而应该看它是否站得住脚，用因明术语来说，就是看它有没有所害。假如只是用人数来衡量，唐朝西安有 100 多万人，大部分都是学佛的，不可能不承认前世后世。而如今 21 世纪，大多数人不信仰佛教，肯定也不承认轮回转世。但若是一国之君推崇佛教，许多人又有可能一下子转变过来。所以，以人多、人少来判断一个理论是否成立，这不一定很正确。

再说了，如今所谓的科学，也是极少数科学家揭示的，并不是人人都能发现。世间上的纯金非常难得，同样，甚深的真理也很难发现，如果因为不能被很多人发现，就否认它的合理性，这也是说不过去的。

其实，有些人若实在不承认前世后世，可以空出一定的时间，找些藏传佛教的格西，面对面地进行理性辩论，这样比较容易生起真实的见解。

（四）问：我是西北大学思想文化研究所的研究生，平时对佛教也感兴趣。佛教中讲二无我，没有人我，也没有法我，如果执著有“我”，就是痛苦的来源。但在轮回学说中，轮回有一个“我”的存在才能成立。前边这个“无我”和后边这个“有我”，这两者是不是矛盾？如果不矛盾，怎么协调？

答：这一点都不矛盾。释迦牟尼佛在第二转法轮中，说“我”不存在，万法都是空性的；但在第一转法轮中，又说“我”要解脱，因为“我”是痛苦的，痛苦的根源是烦恼，烦恼通过智慧可以断除。这两者实际上并不相违，至于具体原因，大家要系统学习才能明白。不过，我在这里可以大概讲一下：

万法的实相，是我和我所都不存在，这叫做胜义中不存在；但没有证达这样的境界之前，“我”是存在的，包括轮回痛苦、解脱、极乐世界，也全部是存在的。就像你正在做一场梦，梦没有醒时，梦中的一切都有，有快乐也有痛苦，为了获得梦中的快乐，需要断除梦中的痛苦；可是当梦醒了以后，一切就荡然无存了。所以，你梦中的“有”与梦醒后的“无”，这二者根本不矛盾。

佛教中空性与显现的关系，大家要学习一段时间后，才会比较容易明白。而且这个道理特别重要。比如佛说眼耳鼻舌身没有，这些真正去观察，确实是找不到的。这种找不到，并不是它明明有却找不到，而是用月称论师、龙猛菩萨的中观正理去剖析，它的本体点滴不存。但在迷乱显现中，它又无欺存在。

如果学了中观、《俱舍论》等论典，你们就会完全明白“有”和“无”一点都不矛盾，而且这样说非常合理。若不这样说的话，很多问题就说不清楚了。

问：往前推几百年或几千年，地球上可能只有十亿人，但当今已经六七十亿了，如果轮回学说真的成立，为什么人会越来越多？多出来的灵魂是从哪儿来的？

答：我们这个地球上的人类，最近刚公布达到了 70 亿。人类虽然有这么多，但在六道轮回中，并不仅仅只有人类，还有无量无边的其他众生。

佛教的宇宙观，跟世间的宇宙观还是有一定差别。按照佛教的观点，世界有无数的世界，众生也有无量的众生。其他世界的有些众生，因为行持善业获得了人身，就会被业力

所牵，转生到我们这个世界来。我们这个世界倘若有一天毁灭了，人类又会转生到其他世界去。

如今人类最熟悉的，就只有地球和月球。但佛教中说，我们这个娑婆世界，包括了三千大千世界，这是非常庞大的数目，里面的生命也是不计其数的。

（五）问：我有一个朋友，她去了拉萨，转经轮转反了，回来碰到很多违缘，然后她对佛法就很敬畏。请问，转经轮转反了该怎么办？

答：转经轮一般都要顺时针转，逆时针的话，确实有很大过失。如果她想要弥补，逆转了多少遍，再顺转多少遍就可以了。

问：现在泰国在发洪水，那是一个佛教盛传的大国，怎么还会感受这种痛苦？

答：泰国虽说是佛教圣地，但是出现一些灾难，这也是正常现象。往昔释迦牟尼佛在世时，释迦族也被琉璃王灭族，即使佛陀亲自劝阻，也无济于事。原因是什么呢？在久

远以前，释迦族人当渔夫时，捕杀了大量的鱼。而这些鱼，正是琉璃王及其军队的前世。当时，佛陀也显现头痛，因为他当渔夫的儿子时，看见捕来的鱼在辗转翻跳，禁不住地笑了起来，以此业力，成佛后仍示现头痛。所以，因果是丝毫不爽的，不管是谁，造了业就必定感受果报。

泰国，我以前也去过，确实那里佛教很兴盛，但遗憾的是，除了一些高等大学的博士和出家人以外，在民间，很多人对佛法教义并不太懂。他们只是信仰佛教，经常拜出家人、拜寺院，可是对信心、智慧、出离心、菩提心的了解，还是比较欠缺。就像现在汉地的很多地方，每逢佛教节日、开法会，寺院里都人山人海，但你真正问他对佛教的认识，许多人连“诸恶莫作、诸善奉行”都不知道，甚至一边杀蚊子一边开始拜佛。

现在泰国发洪水，应该也是往昔的业力成熟所致，而他们现在信仰佛法、护持三宝，这对将来会非常有利。要知道，因和果并不是同一时间发生的。包括有些人好心没有好报，这也应该考虑前世的业力。只要以前造了恶因，今生出现恶果是在所难免的。

问：怎么样正确分辨佛教跟邪教之间的差别？

答：最关键是要学习佛法。现在很多人对佛教的了解相当不够，我经常跟一些研究宗教的博士生、研究生讲："你如果要发表佛教论文，一定要尽量客观公正。不然，你明明对佛教的理念不是特别精通，却打着佛教博士生、佛教研究生的名号，这样的话，你所讲出来的语言，很容易漏洞百出、误导他人。"

若想分清佛教和邪教之间的差别，就一定要提高自己的佛学水平。如今人们对佛教的误解特别多，觉得这个不对、那个不对，全部都是邪见，正见非常少。所以，大家对佛教要多方面地学习和了解，这样以后，才能树立正见辨别真假。

（六）问：我是善导慈善的一名成员。佛陀在《阿弥陀经》中，讲述了极乐世界的无量清净庄严，但经中又说"不可以少善根、福德、因缘得生彼国"。那么，什么样的善根是多善根，什么样的福德是多福德，什么样的因缘是多因缘？什么样的行动和方法，才是往生极乐世界的正因？

答：这在《观无量寿经》中讲得比较清楚[22]。首先，我们应该有虔诚的信心，然后在此基础上，孝养父母、行持善法、不杀生、修慈悲心等，这些都是往生的正因。

藏传佛教的净土法门中也说，最根本是要发无上菩提心，自己愿意往生极乐世界，然后观想阿弥陀佛的万德庄严。以这样的信心，一日到七日之间，一心不乱地念佛，最终即能往生净土。



[22] 《观经》云："欲生彼国者，当修三福：一者、孝养父母，奉事师长，慈心不杀，修十善业；二者、受持三归，具足众戒，不犯威仪；三者、发菩提心，深信因果，读诵大乘，劝进行者。如此三事名为净业。佛告韦提希：汝今知不？此三种业乃是过去未来现在，三世诸佛净业正因。"

表面上看来，这好像特别简单，只要闭关七天就能往生了。但实际上，这要看每个人的根基如何。假如没有好好地忏悔，就算你念了七天，也很难达到一心不乱。因此，藏传佛教的大德特别强调忏悔的重要性，如果能清净往昔所造的罪障，这就是特别好的一种往生善根。

其实，汉传佛教、藏传佛教在净土法门方面，若能互相对应、互相学习，对净土宗的弘扬肯定相当有利。原本在往生极乐方面，我还有很多话要讲，但今天因为时间有限，只好把重点放在分析前世后世上了。

要知道，我们的生命十分短暂，所以求生净土有非比寻常的意义。在汉地，依靠前辈大德们的恩德，有“五经一论”这么珍贵的法本，大家一定要值得重视，不但要从理论上学习，更要去实地修持。若能一边念阿弥陀佛，一边发愿往生极乐世界，平时也经常观想阿弥陀佛，当我们离开这个世间时，有缘者一定会往生的。

这一点，对每个人来讲比什么都重要。因为我们死时一切都带不走，而生前所造的业力，却如影随形、寸步不离。因此，我们一定要多积累善法功德，就算不能往生极乐世界，也千万不要堕入地狱、饿鬼、旁生，不然的话，实在太痛苦、

太可怕了！

（七）问：我是一个初学者。汉传的禅宗讲见性成佛，藏传讲即身成佛。但我们离藏地比较远，学习藏传不是特别方便，如果修汉传的禅宗等宗派，是否有机会在这一世成佛？如果我们发愿这一世成佛，是不是只能修净土法门，往生极乐世界后再修行成佛？

答：记得以前藏地的米拉日巴尊者，在依止上师的第一天，就跟上师说："请您恩赐衣食与正法，愿我这一世成佛。"上师回答："衣食和正法不能全部给你，二者只能任选其一。如果你选择我赐予正法，这一世能否成佛，主要还是靠你自己。"后来，米拉日巴选择了正法，一生中历经千辛万苦，特别特别精进，最后获得了金刚持如来的果位。

所以，你能不能这一世成佛，关键还是看自己。假如你把世间的一切抛之脑后，精进修持的话，一定会得到不同程度的成就。这一点，看看古往今来很多大德的事迹就知道了。

其实，不管是密宗、禅宗、净土宗，其究竟教义是完全一致的，没有什么差别，都是要最初发菩提心，中间修习二种资粮，最后现前色身和法身的果位。尽管祖师大德所开创

的法门不同，但结果都是殊途同归。

对现代人来说，佛教的真理无懈可击，对人类的很多困惑，也有非常圆满、非常完整的答案，不学就太可惜了。当然，大家在学佛的过程中，也不能把它当成一种消遣，或者用自以为是的眼光去研究，而应该先把自己内心的错误思想倒空，然后再装进新的知识，这样才能对佛教有全面、真实的了解，而不会被很多邪见污染。

问：您没有正面回答我的问题，我需要正面回答。这一世是先修净土往生，然后再修行成佛；还是可以直接发愿今生成佛呢？

答：呵呵，我刚才不是说了吗，这要看你啊。解脱依赖于自己，我已经正面回答了，但你没有正面理解我的意思。（众笑）



（八）问：我是西北大学应用心理学专业的研究生，很高兴能抓住最后一个机会提问。如果我们用催眠等方式，知道了自己的前世，那么这些前世对今生的意义是什么呢？

答：在这个世间上，每个人的习性爱好都不相同。有些人从小就特别喜欢音乐，有些人从小就酷爱写作，按照佛经中的观点，这都是他们前世的习气所致。马克思辩证唯物主义也说，对任何一个事物而言，内因主要起决定作用，而外因，则是起到一定的影响。

包括你们在座的每个人，今生选择什么样的专业，在哪个行业中可以发挥自己的才能，都跟前世的业力有关。那么同理可推，你们今生中所作的善法、恶法，对来世也会起决定性的作用。

所以，我特别希望大家能树立正确的见解，来对待万事万物、生命现象、宇宙世界等。若能如此，每个人今生中会了知取舍，来世也会非常快乐！